

l'informatore

Anno XXXIX numero 230

Maggio Giugno 2023

Bimestrale di informazione a cura del
Gruppo di Animazione Lesionati Midollari ODV
aderente alla F.A.I.P. Federazione Associazioni Italiane Paratetraplegici



“Poste Italiane spa-spedizione in abb.post. 70% dcab 117”



EDITORIALE

Assistenza post-partum,
vicino al bambino
e alla mamma

MATERNITÀ

Essere madre:
cinque esperienze
a confronto

SALUTE

Attività sportiva,
quale scegliere?
Alcune riflessioni

VIAGGI

Capodanno
in Versilia
e dintorni

Fashion & style
to colour your life



OFFCARR srl Via dell'Artigianato Il 29
35010 Villa del Conte - Padova (Italy)
T +39 049 9325733 F +39 049 9325734
commerciale@offcarr.com www.offcarr.com

L'informatore 230

in questo numero

04 EDITORIALE
Assistenza post-partum, vicino al bambino e alla mamma

06 MATERNITÀ
Essere madre: cinque esperienze a confronto

08 SALUTE
Ottavo incontro dello SCI-European Platform

10 SALUTE
Attività sportiva, quale scegliere?

12 DIRITTI
Liste d'attesa

14 MOBILITÀ
Piattaforma CUDE (contrassegno unico disabili europeo)

16 ARTETERAPIA
Incontrarsi

20 SPORT
Basket e rugby in carrozzina

21 SPORT
Tennis tavolo: Lignano Master Open

22 VIAGGI
Capodanno in Versilia

27 VITA ASSOCIATIVA
Spunti di lettura: Il vento contro di Daniele Cassioli

28 VITA ASSOCIATIVA
Notizie dal G.A.L.M.



**Bimestrale fondato da
Eugenio Marchesini**

editore ODV GALM
aderente alla FAIP

Direttore Editoriale: Gabriella Fermanti

Direttore Responsabile: Camilla Madinelli

Redazione: via delle Betulle 5
Pedemonte (Vr)

IBAN: IT 79 H 02008 59580 000004561324

C.C.P. n° 65084055

Paypal: donazioni@galm.it

Telefono e Fax 045 9251241

Cod. Fisc. e p. Iva 02664540230

mail info@galm.it

posta certificata info@pec.galm.it

web www.galm.it

Servizio Segreteria e Consulenza:
via delle Betulle 5 Pedemonte (Vr)

Telefono e Fax 0459251241

apertura: lunedì 15.30 - 17.30

mercoledì 9.30 - 11.30

venerdì solo su appuntamento

(chiamare Marina 3345284538)

Hanno collaborato:

Renato Avesani, Laura Daveggia,
Gabriella Fermanti, Valeria Ghidoli,

Valentina Moro, Flavio Savoldi,
Charlotte Trachsel, Franco Vincenzi

Progetto grafico: Luca Padovani

Stampa: "Grafiche Marchesini srl"
Angiari (Vr)

Iscrizione al Tribunale di Verona:

n° 1837 del 24/7/09



HAI BISOGNO DI QUALCOSA? HAI QUALCHE PROBLEMA?

Chiama in associazione, oppure manda una e-mail.
Ti daremo sicuramente una risposta

Siamo presenti in sede : lunedì e venerdì dalle ore 15.30 alle ore 17.30
mercoledì dalle ore 9.30 alle ore 11.30
tel. 0459251241 mail: info@galm.it



ASSISTENZA POST-PARTUM, VICINO AL BAMBINO E ALLA MAMMA

di Gabriella Fermanti



La tragedia capitata all'ospedale Pertini di Roma lo scorso gennaio, con la morte di un neonato soffocato dalla madre addormentatasi durante l'allattamento, suggerisce una riflessione manifestata da altre mamme: quella mamma potevo essere io. La maternità è ancora oggi circondata da un pensiero di sacrificio ed eroismo. Ma diventare madri non può essere un viaggio assoluto dentro il dovere e il dolore. Dopo il parto una mamma ha il diritto di essere stanca, esausta, di tirare il fiato ed di non sentirsi mal giudicata per questo. Qualunque donna poteva essere al posto di questa mamma non ascoltata.

Perché tante di noi sanno che "poteva accadere anche a me", ed è per questo che mandiamo un abbraccio a questi genitori che hanno perso il proprio bambino appena nato e ci prendiamo un po' del loro dolore insopportabile da quanto immenso è.

Praticato ormai in molti ospedali, il rooming-in - la possibilità di tenere vicino il proprio neonato fin dai primi momenti di vita - ha molti benefici, a patto che questa opportunità non venga imposta. Fino ad alcuni anni fa i neonati stavano in spazi appositi, le cosiddette nursery, e le mamme potevano vederli solo in

orari prestabiliti. Recentemente i nidi sono stati accessibili senza limiti di orario con la possibilità di tenere i neonati nella propria stanza, in una culla vicino al letto, per tutto il tempo desiderato. Anche per tutte le 24 ore. Ora subito dopo il parto, quando il bimbo viene posizionato sulla pancia della mamma e si attacca al seno, inizia il rooming-in! Essere preso tra le braccia della mamma, riconoscerne la voce, l'odore ed il battito cardiaco per lui è rassicurante.

La maternità è gioia profonda, a volte le mamme lo capiscono subito, a volte solo col tempo, ma la maternità può essere anche la scoperta di una solitudine mai provata prima ed è per questo che servono degli interventi nell'assistenza post partum. Assistere una donna che ha appena partorito significa lavorare con quella serie di sentimenti e insicurezza che una nascita può provocare. Significa sapere che quello che la madre sta vivendo è un momento di estrema fragilità, significa che chi deve aiutarla deve essere dotato di una grande capacità di ascolto ed empatia, ed è dimostrato sufficiente e risolutivo l'intervento di operatori con una formazione minima.

Non servono professionisti, ma la vicinanza del marito, della mamma, della

sorella o dell'amica dà la sicurezza di qualcuno che si prende cura di lei. Come si permette l'accesso ai papà di rimanere accanto dall'inizio del travaglio fino al parto, garantendo un'assistenza che valorizzi l'intimo contatto tra i genitori e il bambino fin dai primi momenti, si dovrebbe concedere la continuità di presenza del neo papà accanto alla puerpera per un ulteriore sostegno e un maggiore comfort nei primi delicati momenti della sua nuova condizione di madre. L'importante che non siano lasciate sole!

«La recente pubblicazione dei dati Ocse ha evidenziato una carenza di circa 8.300 ostetriche collocando la situazione italiana, rispetto al panorama europeo, al di sotto della media europea di 14,2 ostetriche ogni 100.000 abitanti. Pertanto, è un dovere del servizio sanitario nazionale e regionale migliorare l'organizzazione dei Punti nascita sia attraverso l'utilizzo di tecnologie, strumentazioni e strutture che rispettino le comuni norme di sicurezza, sia attraverso l'aumento del numero di ostetriche affinché possano essere nelle condizioni di poter offrire con continuità lo standard assistenziale qualificato e sicuro».



Il bambino chiama la mamma e domanda: Da dove sono venuto? Dove mi hai raccolto?

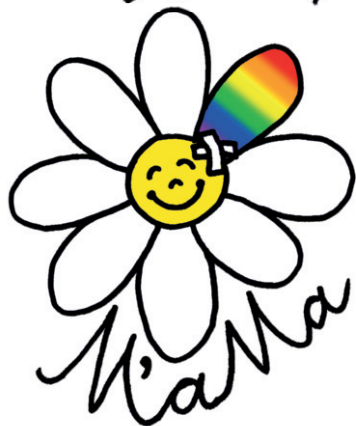
La mamma ascolta, piange e sorride mentre stringe al petto il suo bambino:

eri un desiderio dentro al cuore.

Rabindranath Tagore



LE "MAMME MATTE"

rete *Mamme Matte*AFFIDO e
adozione speciale

Accoglie un bimbo disabile e salva i minori non adottabili: "Ci chiamano mamme matte, ma la gioia è tanta". Viviana Bucciarelli è una giovane donna che ha costruito la sua famiglia sul concetto di accoglienza: prima l'adozione di una bimba, oggi 14enne, e poi il secondo figlio, Carmine, un bambino con grave disabilità cognitiva che nessuno voleva adottare.

Viviana e due amiche hanno creato l'associazione "Mamme Matte". In un piccolo paese della Brianza c'è una casa affollata e festosa. Ci vive Viviana Bucciarelli, vicino al marito e ai due figli, di 14 e 8 anni. Una famiglia apparentemente come tante, che si porta però dentro un grande carico di fatiche e di soddisfazioni. "La nostra storia di accoglienza -racconta Viviana a Fanpage.it- è iniziata con l'arrivo della nostra prima figlia, ormai dieci anni fa. Adottare per noi è sempre stato una forma di genitorialità assolutamente naturale, anche se per certi aspetti più faticosa. Abbiamo creato un'associazione, M'aMa, anche delle "Mamme Matte", perché quando abbiamo iniziato la gente ci diceva: "Ma siete matte? Non riuscirete mai a trovare una casa per quei bambini". E invece, dal 2015 a oggi, sono circa 200 i minori con bisogni speciali adottati grazie a M'aMa. Tra loro, appunto, Carmine. "Quando ho letto la sua presentazione -ricorda Viviana- sembrava che stessi per accogliere un mostro a due teste, faceva davvero

paura. Poi l'ho incontrato e ho visto che era solo un bambino". Un bambino con bisogni speciali. "Appena arrivato da noi -spiega Viviana- Carmine non parlava proprio e ci chiedevamo se mai l'avesse fatto. Con tanta fatica i risultati sono arrivati e la sua prima parola è stata, ovviamente, mamma". "Adesso -scherza Viviana- la pronuncia più o meno 12mila volte al giorno, provocandomi uno stress non indifferente, ma è proprio questo il bello di essere una 'mamma matta': la gioia che arriva dai traguardi tanto sudati". "Sono quelli -continua Viviana- che ti ripagano di tutte le giornate in cui la fatica è talmente tanta che pensi 'chi me l'ha fatto fare?' ed è giusto dire che non è una passeggiata. È una scelta, che però rifarei mille volte".

Dare una possibilità a chi non ne ha. Passano alcuni anni e nasce il desiderio di allargare la famiglia. "Desideravamo un secondo bambino e abbiamo deciso di dare una possibilità a chi sembrava non averne". Quel qualcuno è Carmine, che arriva in casa di Viviana a tre anni. Carmine è un bambino con grave disabilità cognitiva, uno di quei bimbi ritenuti "non collocabili" dal tribunale. Chiara Daffini: <https://www.fanpage.it/>

ZOPPI *Ing*

S.R.L.

OFFICINA e CENTRO REVISIONI



Autoveicoli, Motoveicoli e Ciclomotori

Nuovo servizio Tricicli, quadricicli e Quad

CENTRO DI REVISIONE AUTORIZZATO

per autovetture e veicoli di peso complessivo fino a 35 q.li

ZOPPI REVISIONI - CENTRO REVISIONI AUTORIZZATO - VL. COMMERCIO 54 - VERONA (VR) - Tel. 045 501040 - www.zoppirevisioni.it

ESSERE MADRE: CINQUE ESPERIENZE A CONFRONTO

di Valeria Ghidoli



Non esistono dati statistici precisi sul numero di mielolesioni in Italia, e nemmeno sappiamo quanti sono i maschi e quante le femmine. Ma, a giudicare dalle tessere del GALM e dalle visite in Unità Spinale, possiamo azzardare che le donne con lesione midollare siano netta minoranza. Tra queste, alcune sono giovani. E alcune sono mamme.

Ci si potrebbe chiedere: come fa una giovane donna ad avere un bambino? È possibile? Come farà ad accudirlo o accudirla? Sono domande difficili ma, vinta la paura di sembrare sfacciate, abbiamo girato queste domande a chi c'è passata. Così cinque donne del GALM ci hanno raccontato la loro esperienza di maternità.

È un problema restare incinta?

No, per quanto riguarda la fertilità femminile con la lesione midollare, non c'è nessun problema: oggi per fortuna le donne che decidono di avere un figlio possono disporre di Unità Spinali dove trovano ascolto e competenza. "Io ero mamma di due bambini prima della lesione e sono diventata mamma di una bambina dopo. Quando decidemmo di avere un figlio (da tetraplegica), ci siamo rivolti a un ginecologo di competenza specifica per informarci su quali fossero i maggiori problemi cui andavo incontro. Mi disse che la posizione da seduta è addirittura ottimale per una gestante, e devo dire che mi rassicurò. La gravidanza è proseguita senza complicazioni e monitorata fino al parto che è stato naturale e spontaneo. La gravidanza è stata bella, serena, non ho avuto nausea. Il bimbo era bello, bravo e buono".

E il parto?

Spesso è necessario il parto cesareo, perché non si ha la forza necessaria per spingere. Ma attenzione ai pregiudizi. A una gestante mielolesa hanno proposto il parto cesareo senza anestesia, perché "tanto, signora, lei non ha la sensibilità". Che dolore! La non sensibilità è a livello cutaneo, ma "dentro" sentiamo, eccome! Subito i medici si sono accorti dell'errore e hanno provveduto.

Si può allattare al seno?

Non c'è nessun problema, sono momenti bellissimi! Guardare negli occhi il tuo bambino o la tua bambina, che emozione! È il primo passo verso l'acquisizione del linguaggio. Ma anche se non hai il latte e devi allattare col biberon non c'è problema: "Mia figlia ora è alta un metro e 75 centimetri e ha un carattere forte" racconta la mamma di una ragazza che ora è adolescente.

A volte, però, qualcosa va storto...

"La seconda gravidanza invece è stata a rischio. La bambina presentava una crescita rallentata, si pensava che fosse un problema della placenta, ma al momento del parto i medici si sono accorti che la piccola è affetta da una malattia genetica rara". La bambina ha però trovato degli specialisti che la seguono in modo costante. "Ora cammina e il prossimo passo sarà imparare a nutrirsi da sola". È stata dura trovarsi in carrozzina a gestire la situazione. Ora la bimba va all'asilo contenta, le vogliono molto bene. "La sua disabilità non è degenerativa", tiene a precisarmi questa mamma. E io so bene il sollievo di queste parole.

Che coraggiosa!

Ma ti rispondono che amavano "i

bambini fin da piccola", "dopo l'incidente coccolavo il mio nipotino". "Avevo il desiderio di un bambino, e quindi è stato naturale per me cercarne uno". "Ero contenta, fin da piccola desideravo dei bambini".

Come si tiene un bambino stando in carrozzina?

Il bambino sta volentieri in braccio alla madre, e la posizione seduta lo permette; qualcuna ha usato la "fascia" quando il bambino era molto piccolo. Il passeggino viene spinto più che altro dal papà, mi dicono, e del resto in auto difficilmente ci sta la carrozzina e anche il passeggino!

E tuo marito?

"Mio marito vede la persona, non la carrozzina". Mi raccontano dell'incontro con il loro compagno di vita: in genere la parola magica è "scintilla". Qualcuna si è sposata prima dell'incidente, altre dopo. Ma tutte sembrano rassicurate da una presenza costante, che le valorizza anche come donna. E del resto, sono donne piene di vita: lavorano, coltivano hobbies, rivendicano la propria autonomia in famiglia, si attivano per fare sport, viaggiano...

Come fai a gestire tutto?

C'è chi si arrangia, riesce a lavare, cucinare, stirare, pulire vetri e specchi col manico o con un panno in microfibra imbevuto di acqua calda e strizzatissimo! Qualcuna ha i genitori ancora disponibili. Comunque ci vuole un aiuto in casa, per i lavori più grossi e per raggiungere le altezze e gli angoli nascosti. Condividiamo la frustrazione di non arrivare dove si vorrebbe, ma ricevo un saggio consiglio: mettere da parte l'orgoglio e tirarlo fuori in altri momenti,





farsi aiutare e chiedere aiuto. Con questo comportamento, si può essere di esempio per i figli, che imparano ad arrangiarsi, ma anche a non drammatizzare se c'è bisogno di aiuto.

Come reagisce il bambino, quando diventa più grande, alle tue difficoltà?

Il bambino si sente responsabile di dover aiutare la mamma, però lei deve fargli capire che la mamma è capace di arrangiarsi. Questo rassicura molto il bambino. Tu sei il mio aiutante preferito, gli dice, ma sono capace di cavarmela da sola. Tutte apprezzano nei figli l'indipendenza e l'autonomia. Apprezzano anche la scuola. "Le maestre hanno spiegato a tutti che la mamma di ... è in carrozzina perché "si è rotta la cerniera!", ma riesce a fare tutte le cose come le altre mamme. Mio figlio non si è mai vergognato della sua mamma".

Come vivi l'autonomia della figlia?

Mi chiedo se, a causa dell'incidente

subito, non si rischi di diventare iperprotettivi nei confronti dei figli. Mi è piaciuta questa risposta: "La ragazza pratica pallavolo da 6 anni, prima correva sui pattini a rotelle. Questo le ha permesso di sviluppare un buon equilibrio. Ha fatto tutte le scuole in paese qui vicino, anche il nido, ma ora va a un liceo in centro città, deve alzarsi prestissimo perché ha il bus alle 6.40. Non serve essere troppo protettivi. Tanto, ci sono molte occasioni per fare sciocchezze, bisogna avere fiducia e guardarli quando tornano a casa". Altre osservano con orgoglio la ricerca di autonomia. "È una fortuna diventare mamma, -mi dice una di loro- ma anche una responsabilità. Il mio bambino oscilla tra desiderio di sicurezza e autonomia, devo sorvegliarlo ma anche lasciargli spazio"

Si può viaggiare con un bambino piccolo?

Basta organizzarsi: c'è chi fa le ferie in

Sicilia, prende l'aereo. Una di loro ha in programma un viaggio a Parigi per questa primavera! Quando il bambino aveva 8 mesi sono stati anche a Londra. Io mi stupisco che, oltre al motorino della mamma, si portino via anche il passeggino!

Ma non dovrei: queste mamme sono una vera forza della natura!

Mettere al mondo un figlio è un'esperienza emozionante. Accudire il neonato per una mamma disabile è un percorso di grande soddisfazione, ma anche di impegno e fatica: ricordiamoci che il bambino in via di sviluppo è completamente dipendente dalla madre. La gioia di avere un figlio dopo la lesione (per me) è stata una vittoria sulla vita, e ogni mamma, malgrado i suoi problemi fisici, riesce a trovare e mantenere quella relazione unica che conferma e rassicura il figlio del suo affetto e del suo interesse per lui.



OTTAVO INCONTRO DELLO SCI-EUROPEAN PLATFORM FOR RESEARCH INTO SPINAL CORD INJURY

Dal sistema sensori-motorio alla cognizione

Valentina Moro, Professoressa Ordinaria di Psicobiologia e Psicologia fisiologica,
Dipartimento di Scienze Umane, Università di Verona





VIII Symposium of the Spinal Cord Injury Research Group
“From the sensorimotor system to cognition”

WHERE? Sala Riunioni 1.16, 2 Piano
Palazzo Zorzi and
Online Venue on Zoom

WHEN? February 10th, 2023
14.30 (CET)

14.30: Welcoming - M. Scandola

14.45 PM: La rappresentazione del corpo multisensoriale in persone con lesione spinale - Multisensory body representation in people with spinal cord injury.
R. Vastano
University of Miami The Miami Project To Cure Paralysis

15.15 PM: Ripristinare il controllo volontario della mano in pazienti con paralisi - Voluntary hand control recovery in patients with paralysis
E. Losanno e M. Ceradini
Istituto di Biorobotica, Scuola Superiore Sant'Anna, Pisa

15.45 PM: Cambiamenti cognitivi ed emotivi dopo lesione spinale: una revisione della letteratura - Cognitive and emotional changes following SCI: A PRISMA scoping review of the literature.
V.Moro, M.Scandola, M.Beccherle
Dipartimento di Scienze Umane
- Università degli Studi di Verona -NPSY.Lab-VR

Scientific Committee: M. Beccherle, M. Scandola, S. Bertagnoli, M. Schepisi, V. Moro

EVERYONE IS WELCOME!

CONTATTI
valentina.moro@univr.it
michele.scandola@univr.it
npsylab.vr@gmail.com






Grafica di Lisa Biroli

Il 10 febbraio scorso, presso il Dipartimento di Scienze umane dell'Università di Verona, ha avuto luogo l'ottava edizione del Meeting annuale del SCI-Research Group. Si tratta di una realtà ormai consolidata, che da quasi 10 anni permette l'incontro degli esperti riabilitatori di diverse Unità Spinali italiane ed europee (tra cui l'IRCSS Sacro Cuore Don Calabria di Negrar, l'Ospedale Morelli di Sondalo, l'Unità Spinale di Pietra Ligure, Villa Margherita di Vicenza, l'Hospital Nacional de Paraplégicos, Toledo) con alcuni laboratori di

ricerca (oltre all'Università di Verona, quelle di Genova e La Sapienza di Roma, il Sant'Anna di Pisa e l'Ecole Polytechnique Federale de Lausanne) impegnati nella ricerca neuroscientifica e riabilitativa sulle lesioni spinali, e con associazioni di persone con lesione midollare. Quest'anno l'incontro è stato particolarmente interessante, perché arricchito da numerosi rappresentanti del GALM (Gruppo Animazione Lesionati Midollari) che hanno interagito con le relatrici ed i relatori attraverso interessanti suggestioni e domande, aiutando così tutto il

gruppo a concretizzare i dati discussi alla luce della realtà quotidiana delle persone con lesione midollare.

Tre interventi principali si sono susseguiti intorno al tema generale dell'incontro, che si focalizzava direttamente su come i deficit sensorimotori possano avere delle ricadute nelle abilità cognitive.

Roberta Vastano, dell'Università di Miami (USA) ha discusso alcuni dati sperimentali e di revisione della letteratura che sembrano suggerire che in seguito ad una lesione spinale non ci sia soltanto il ben noto deficit della sensibilità esteroceettiva e propriocettiva nei territori sotto-lesionali, ma si assista anche a un cambiamento nelle modalità di integrazione multisensoriale che coinvolge modalità diverse da quella somatosensoriale (come la visiva e la acustica). Si tratta di informazioni particolarmente importanti in ambito riabilitativo e da considerare anche quando si attuano procedure complesse per cercare di ripristinare la funzionalità motoria residua o in forma compensativa.

È questo in qualche modo il tema del secondo intervento, di Elena Losanno e Matteo Ceradini dell'Istituto di Biorobotica della Scuola superiore Sant'Anna di Pisa, che hanno illustrato i loro studi riguardanti la possibilità di ripristinare la funzionalità motoria della mano dei tetraplegici attraverso la stimolazione elettrica intraneurale del nervo periferico. Si tratta di un progetto che ha dato già dei buoni risultati negli studi su animali e che verrà attuato su alcuni volontari con tetraplegia. Come gruppo di ricerca, seguiremo questa fase clinica anche attraverso la registrazione dei cambiamenti cognitivi nelle rappresentazioni corporee relative alla mano indotte dal ripristino della funzionalità. È chiaro che le implicazioni riabilitative di questo tipo di lavoro sono enormi, così come gli studi associati ai dispositivi di interfaccia brain-computer di cui ci ha parlato Ceradini. Ma è altrettanto chiaro,



e i dati discussi lo confermano, che nessun recupero motorio sarà davvero funzionale se non si associa a un lavoro sull'integrazione multisensoriale e sulle dimensioni cognitive della rappresentazione del corpo, dell'azione e dello spazio in cui l'azione si compie.

Di aspetti cognitivi ha trattato l'ultima presentazione curata dalla scrivente, Valentina Moro, che ha riportato i risultati di una revisione sistematica della letteratura sui cambiamenti cognitivi ed emozionali documentati dopo lesione spinale. Certo, in questo senso la ricerca è ancora assolutamente insufficiente e spesso non conclusiva, a causa dei campioni di partecipanti troppo poco numerosi e troppo eterogenei, ma anche delle metodologie di studio, frequentemente limitate a interviste self-report o all'uso di test validati per altre popolazioni, di variabili poco controllate (per esempio, la qualità del sonno, gli effetti dei medicinali, l'ipotensione), e solo raramente accompagnate da misure sperimentali sia di tipo dichiarativo/verbale che implicite (per esempio le misure fisiologiche o la registrazione dell'attività elettroencefalografica). I dati della let-

teratura sembrano indicare che un certo numero di persone dopo lesione midollare è a rischio di sviluppare disturbi dell'attenzione e delle funzioni esecutive, quelle capacità cosiddette "fluide" che permettono di affrontare i cambiamenti e le novità inattese nella vita quotidiana e di far fronte a situazioni complesse. Viceversa, le abilità "cristallizzate", accumulate nel corso della vita, rimangono integre. Particolarmente interessante è il dato che indica che questi disturbi, quando presenti, si manifestano già nelle fasi acute dopo la lesione e peggiorano con il tempo. Ecco, quindi, l'importanza di un'osservazione precoce di questi aspetti per poter implementare strategie e programmi riabilitativi che prevengano l'insorgenza di disturbi. Anche le capacità di regolazione emozionale richiedono grande attenzione, perché seppure molto scarsi numericamente, alcuni studi indicano che la lesione spinale potrebbe associarsi a delle difficoltà emozionali soprattutto legate all'immagine di sé. È chiaro che, come giustamente sottolineato da qualche partecipante, l'esperienza stessa del trauma, e di tutto quello che ne è se-

guito, sono di per sé potenziali cause di shock emozionale ed è proprio per questo che percorsi di sostegno nelle fasi cruciali del percorso riabilitativo (per esempio le prime fasi di presa di coscienza dell'accaduto, la preparazione al rientro al domicilio, il ritorno alla vita sociale e lavorativa) sono fondamentali. Anche quest'anno, come ormai sperimentiamo ad ogni appuntamento, si è aperto un mondo. Qualunque sia la prospettiva da cui ci si muove per capire meglio il mondo della lesione spinale, si arriva a capire che molto c'è da fare, da capire, da approfondire, per poter rispondere sempre meglio alle necessità delle persone. La ricerca è lavoro faticoso, meticoloso, a volte frustrante. Le risorse finanziarie e di personale sono sempre troppo poche e la sensazione di non fare abbastanza è sempre presente. Ma che anche dopo anni di attività ci sia sempre da parte dei partecipanti al SCI-Research Group la voglia di mettersi in gioco per provare a capire di più, e che ogni anno si aggiungano nuove realtà e persone, queste sono cose che riempiono di entusiasmo e fanno pensare che la strada iniziata darà buoni frutti.



Ortopedica
SCALIGERA srl

Abbiamo scelto di lavorare con quasi **tutti i produttori** di carrozzine attualmente in commercio per non porci limiti nell'individuare il **modello più adatto alle esigenze** di ogni cliente.

Chi deve scegliere la carrozzina non siamo noi, sei tu.

**RICHIEDI UNA CONSULENZA
GRATUITA E SENZA IMPEGNO**

045 60 90 290



Via Liguria 72 - 37060 - Lugagnano di Sona (VR)
info@ortopedicascaligera.it - www.ortopedicascaligera.it

ATTIVITÀ SPORTIVA, QUALE SCEGLIERE? ALCUNE RIFLESSIONI

Secondo ISTAT, il 36% circa della popolazione italiana pratica uno sport, ma il 35% è totalmente sedentario, ossia non pratica sport né attività fisica generica

di Laura Daveggia



L'attività sportiva è un toccasana, ormai è cosa nota. È utile per migliorare la forza muscolare, l'attività cardiocircolatoria, la respirazione, il sonno, il sistema immunitario. Ha benefici anche cognitivi e psicologici. Storicamente, le persone mielose sono state le prime persone con disabilità a praticare sport. Spesso, durante la prima riabilitazione, l'Unità Spinale propone ai mielosi alcune pratiche sportive mirate a precisi scopi terapeutici, ed infatti si parla di "sport-terapia". Dopo la dimissione, talora si continua a praticare un'attività sperimentata durante il ricovero. A volte ciò non si verifica, o per la mancanza di strutture sul territorio oppure per il desiderio di sperimentare altre discipline sportive. Allora, come scegliere la tipologia di sport più adatta alla propria situazione? Ecco alcune riflessioni in merito: si tratta ovviamente di indicazioni generali relative solo all'attività amatoriale.

Fatte salve le **preferenze individuali**, la prima cosa da valutare è l'**assenza di controindicazioni**. Febbre ed affezioni acute di qualunque genere consigliano di rinviare la pratica sportiva. Un colloquio con il proprio medico consente di valutare al meglio la situazione, considerando anche eventuali terapie farmacologiche in corso. L'assunzione di anticoagulanti, ad esempio, di solito prevede di evitare sport di contatto ove sia altamente probabile il rischio di traumi.

Autonomia personale ed attrezzature necessarie: si tratta di due elementi strettamente legati. Per fare alcuni esempi, il tiro con l'arco (fig. 1), le bocce ed il tennis tavolo (fig. 2) possono essere praticati utilizzando la propria carrozzina quotidiana, ed esistono appositi ausili per facilitare coloro che abbiano problemi di manualità. Il che consente la pratica di tali attività anche a coloro che abbiano una lesione alta. Analoghe considerazioni valgono per il nuoto (fig. 3), valutando tuttavia la necessità di spostarsi dalla propria carrozzina alla piscina e di spogliarsi/vestirsi/fare la doccia. Se opportuna, va valutata la presenza di una persona di supporto. Sport quali la corsa in carrozzina (fig. 4), tennis o basket (fig. 5) prevedono l'uso di carrozzine apposite: è quindi necessario fare il trasferimento dalla carrozzina normale a quella sportiva e viceversa, cosa non sempre facile.

Aspetti fisici. Si tratta qui di valutare situazioni individuali che possono richiedere attenzioni particolari in alcune attività sportive e non in altre. Ad esempio, gli sport invernali richiedono la massima attenzione al rischio di ustioni da freddo, soprattutto per coloro che abbiano scarsa sensibilità sottilesionale e problematiche circolatorie. Per quanto riguarda le lesioni da decubito, tutte sono in genere una controindicazione al nuoto. Ma un lieve decubito al malleolo o al tallone, ad esempio, non crea problemi alla pratica del tennis tavolo o del tiro con l'arco. Analogamente,

un'incontinenza mal gestita è un problema per la piscina, ma non per tennis, bocce, arco o simili. Alcune attività che richiedono l'uso di attrezzature specifiche, come quelle viste sopra, ma anche canoa o sci nautico, sono necessariamente abbinata a protezioni antidecubito minime (fig. 6), assai diverse da quelle abitualmente usate (fig. 7). Coloro che abbiano già avuto lesioni da decubito ischiatiche o sacrali, o che presentino estrema magrezza o patologie da malassorbimento, dovrebbero valutare attentamente tali aspetti. Per fare un altro esempio, la temperatura dell'acqua di una piscina terapeutica è in genere più alta rispetto a quella di una piscina comunale. Ognuno consideri le proprie reazioni soggettive in rapporto a ciò.

Le strutture disponibili ed i costi economici. Si tratta qui di valutare aspetti estremamente concreti per la vita quotidiana. Alcune località sono ben fornite di centri sportivi e palestre, con buona accessibilità e personale preparato, altre no. La possibilità di avere una palestra a portata di mano è importante, così come la presenza di personale competente, in grado di impostare correttamente l'allenamento integrando il gesto tecnico con le specificità legate alla mielolesione. Alcune società sportive mettono a disposizione dei principianti le carrozzine specifiche. Qualora fosse necessario acquistarle in proprio, è bene valutare la possibilità di supporto del SSN o di altre fonti, dato che si tratta di



costi non indifferenti. Nuoto ed attività praticabili sulla carrozzina quotidiana richiedono invece costi economici irrisori.

Un panorama ampio. Alcuni sport sono ampiamente noti all'opinione pubblica, tipo il basket, il tennis, il tennis tavolo o la handibike. Ma è bene sapere che esistono molti altri sport praticabili (fig. 8), compresi quelli più adrenalinici. Rugby, sci nautico, vela, parapendio, skate (fig. 9) sono oggi una realtà praticabile anche da persone mielolose, pur se meno conosciuti. Iniziare con la pratica di una determinata attività sportiva non esclude

di poter cambiare in un secondo momento, anzi. Talora iniziare con uno sport "semplice" può essere una buona preparazione per altre attività future. Ciò che conta è, in qualsiasi caso, non sottovalutare la preparazione di base, l'allenamento costante e graduale, la conoscenza dell'attrezzatura necessaria. Valutando i diversi aspetti, ognuno può comporre, come con le tessere di un puzzle, il disegno della propria attività sportiva ideale.

Eliminare i tabù. I ragazzini hanno una stupefacente capacità di apprendi-

mento, ma iniziare in età più adulta è assolutamente possibile. Poi ci sono coloro che temono di non farcela: perché hanno poca forza, una lesione alta, scarsa manualità, età oltre gli "anta"... o tanta pigrizia. Va ricordato allora che esistono numerosi ausili elettronici in grado di potenziare/sostituire la spinta della carrozzina manuale: una bella gita in montagna, nei boschi o su qualunque terreno accidentato è salutare e possibile per tutti!

LISTE D'ATTESA

di Renato Avesani



Ho bisogno di una radiografia. Un esame banale ma che devo fare con una certa urgenza. Dopo innumerevoli tentativi e lunghi ascolti musicali entro in contatto con l'operatore del CUP. Nonostante l'urgenza e la cogenza (secondo norme regionali) di evadere la richiesta entro 10 giorni... non c'è posto. Mi viene suggerito di provare altrove. Dove naturalmente mi sento ripetere l'ormai famosa ed indecente proposta: "Le conviene farla privatamente, la differenza è di 30 euro e domani la può fare!". Che fare? Accettare o battersi per veder realizzato un mio diritto? Pago. Così fantutti.

In effetti un po' di colpa per questo sistema lanciato a tutta velocità verso la disintegrazione del sistema sanitario pubblico, ce l'abbiamo anche noi, bisognosi cittadini che cedono ai ricatti di un sistema da anni malato ed orientato al privato. Ma prima di vedere che cosa si può fare, proviamo a capire perchè le migliori sanità regionali sono ridotte così. La battaglia sulle liste d'attesa riempie le bocche dei politici ogni volta che ci sono le elezioni ed ogni volta che vengono intervistati. Forse, se tacesero, le cose andrebbero meglio. Parlarne troppo porta sfiga.

Si può pensare che le liste d'attesa si allunghino per un'eccessiva richiesta. La cosa in parte, ma solo piccola, può essere vera. Una maggior educazione degli utenti a chiedere ciò che è giusto ed un maggior rigore da parte dei medici di

medicina generale, aiuterebbero a mitigare l'eccesso di richieste. Ma solo in piccola parte. Se le urgenze sono tali... tali sono e, almeno quelle dovrebbero poi essere evase nei tempi di legge. Ma così non è. Il meccanismo può essere più politico e complesso. I soldi sono ormai pochi ed i bilanci regionali mal concetti. Se poi pensiamo che la sanità drena larghissima parte delle risorse pubbliche regionali, si comincia a capire perchè anche le liste d'attesa possono essere strumento dirisparmio. Il meccanismo è semplice. Si impongono alle strutture pubbliche e private dei tetti di prestazioni (es. non più di 100 radiografie in un mese) e poi... chi s'è visto s'è visto. Gli altri vadano pure in libera professione. Oppure si aprono le prenotazioni on line solo alcuni giorni la settimana per pochi posti e chi è più veloce con le dita sulla tastiera riesce a prenotarsi... gli altri... ciccia. Appaiono poi sui siti ospedalieri e non gli incoraggiamenti e gli sconti per pacchetti di prestazioni diagnostiche e di visite, inducendo anche le donne a correre a farsi un check-up per la prostata (visto con i miei occhi su unsito!). Vi è poi l'incentivo ai medici a "contribuire" al passaggio dalle prestazioni in convenzione a quelle in regime privato: basta mettere degli obiettivi di risultato ed il gioco è fatto. Si penalizza chi non raggiunge il risultato e si premia chi lo raggiunge. Una logica aziendale. Raggiunto il tetto di prestazioni in convenzione... non resta che offrire, allo sconcolato paziente, che il percorso pri-

vato. Peccato che la salute non sia un bene merceologico e che la cura dovrebbe essere asse portante di un sistema sociale quale il nostro.

Si colpevolizza poi con domande sibilline, chi non ha un'assicurazione privata; "se avesse una polizza, non pagherebbe... cosa copre la sua polizza? Come, non ce l'ha? La faccia, sa, di questi tempi." Il passaggio, dal pubblico al privato, è in atto ormai da molti anni, in modo subdolo, impercettibile ma inesorabile. Non ci si accorge, come per i ghiacciai, che lentamente stiamo perdendo un bene prezioso. E tutto questo alla faccia dei proclami!

Non si può far nulla per arginare la deriva? Ahimè, temo si possa far poco... ma forse qualche tentativo di protesta, di rivendicazione dei diritti...

Qui entrerebbero in gioco le associazioni degli utenti e associazioni che dal titolo si può capire quale sia la loro "mission": Cittadinanza attiva, ex Tribunale diritti dei malati, consulte varie etc etc.

Se nelle norme regionali o nei LEA (Livelli Essenziali di Assistenza) sta scritto che ci sono prestazioni urgenti che debbono essere erogate subito o entro dieci giorni e altre che per fascia devono essere erogate in 30 giorni o in 180... beh, basterebbe unire le forze e far valere i diritti con azioni legali, con proteste scritte, con movimenti di piazza. Non sembri troppo... la posta in gioco è alta. Molto alta!

Senza parlare delle prossime mosse legate all'autonomia regionale. Auguri!



Oggi non è che un giorno qualunque di tutti i giorni che verranno, ma ciò che farai in tutti i giorni che verranno dipende da quello che farai oggi. È stato così tante volte.

Ernest Hemingway



RIFORMA CARTABIA

Novità legislative per il reato di lesioni stradali personali gravi o gravissime

Aiss, studio di riferimento per i casi di risarcimento del danno a fronte di avvenuti incidenti stradali, comunica un'importante novità. Con l'approvazione del Decreto legislativo che ha dato attuazione alla Legge 134/2021 altrimenti detta "Riforma Cartabia", il reato per le lesioni stradali personali gravi o gravissime, a differenza della



precedente procedibilità d'ufficio, è diventato procedibile soltanto a querela di parte. La procedibilità d'ufficio è invece rimasta in vigore soltanto nel caso in cui ricorrano delle circostanze aggravanti come l'abuso di alcol o l'alterazione da uso di sostanze stupefacenti. A differenza di quanto si possa pensare, questa riforma interessa anche i reati commessi prima della sua entrata in vigore: se il procedimento penale è già incardinato, infatti, il pubblico ministero dovrà informare la persona offesa della possibilità di esercitare il diritto di querelare il soggetto responsabile del reato. Pertanto avvisiamo, in ottica di maggior tutela per i danneggiati da incidente stradale, che nei casi di dinamica incerta o di versioni contrastanti conviene sempre procedere con la querela del responsabile del sinistro, naturalmente se si ritiene di avere ragione. La querela potrà eventualmente essere rimessa qualora si ottenga il risarcimento del danno.

AISS Risarcimento Danni

PROGETTO DEV ACADEMY HOST

Siamo Add Value, società informatica veronese attiva dal 1995, e supportiamo i nostri clienti del mercato bancario, assicurativo e industriale con soluzioni software e di business innovation. Cosa ci contraddistingue e ci guida? Il motore sono le persone, che sono al centro di ogni nostra scelta, di ogni nostra strategia. E così



cerchiamo di valorizzarle e affiancarle nei loro percorsi personali e professionali, facilitandole con formazione continua, sia tecnica (di contenuto tecnologico) sia trasversale (sulle cosiddette *soft skills*, come la comunicazione e il lavoro di squadra). Analogamente ad ogni singola persona, in qualità di Soggetto Impresa, sentiamo nostra la responsabilità sociale. Siamo infatti promotori di attività a sostegno della comunità, come l'offerta di esperienze e possibilità agli studenti del territorio, e creiamo sinergie con associazioni di ricerca e di progetti di solidarietà, tra cui il GALM. Forse vi chiederete: «Perché un'azienda così ha trovato spazio su questo bimestrale?» La risposta parte da una domanda, poi diventata consapevolezza. «Perché non coniugare questi due aspetti fondanti, l'attenzione tesa alla formazione da un lato e l'impegno sociale dall'altro?» È da qui che nasce il progetto "Dev Academy Host" che stiamo sviluppando da qualche mese nella nostra sede di Verona. Un mese intero di formazione in aula con docenti interni, tutti dipendenti Add Value, acquisendo conoscenze e competenze sui fondamenti della programmazione mainframe, in particolare sul linguaggio Cobol. L'obiettivo è rispondere al bisogno di persone che, a seguito di eventi inattesi e traumatici, sono chiamate a reinventarsi e ricostruirsi una propria professionalità e percorso. Quello dell'informatica, e di conseguenza il ruolo del programmatore, è un campo in cui vengono richiesti passione, problem solving e creatività: caratteristiche che chiunque può avere, allenare e valorizzare, non essendo subordinate a limitazioni fisiche e motorie. «Ho voglia di mettermi in gioco», «Sono alla ricerca di nuove opportunità»: sono solo alcune delle frasi uscite dai ragazzi che abbiamo già incontrato e a cui abbiamo presentato questo percorso. E quindi, perché non dare loro questa opportunità? O meglio, perché non darci l'opportunità di costruire e arricchirci insieme? Non appena le selezioni si concluderanno e la classe sarà formata, inizieremo questo viaggio!

Aurora Faccincani
HR Assistant Junior

PIATTAFORMA CUDE (Contrassegno unico disabili europeo)

Sul portale dell'automobilista uno strumento utile a semplificare spostamenti e viaggi

di Franco Vincenzi



Vorrei iniziare con una domanda quasi retorica: a quanti di noi è capitato di recarsi a visitare un paese, una città fuori dalla propria provincia di residenza entrando in ZTL? A quanti di noi è capitato che per questo motivo ha ricevuto una contravvenzione per violazione di accesso in ZTL? Quanti di noi hanno dovuto scrivere raccomandate oppure e-mail per dover dimostrare il proprio diritto all'accesso a ZTL? Ormai il ricorso alle telecamere di sorveglianza per l'accesso ai varchi delle zone a traffico limitato ha condizionato non poco la nostra libertà di circolazione. Finalmente esiste uno strumento che potrebbe liberarci da tutti questi limiti e fardelli burocratici: la piattaforma CUDE. L'intento di questo messaggio è quello di sollecitare tutti i disabili, con patente e non, ma che siano titolari di contrassegno per parcheggio disabili rilasciato dal proprio comune di residenza, di registrarsi sempre - tramite il proprio comune - a questa nuova piattaforma che opera a livello nazionale. Il legislatore avrebbe forse potuto ren-

dere questa operazione più semplice, ma purtroppo nel nostro Paese sono tante, forse troppe, le norme che tendono a tutelare la privacy, al punto tale che operazioni che potrebbero essere quasi automatiche in realtà non lo sono e ancora una volta sono i diretti interessati che devono attivarsi in prima persona.

L'utilità pratica di questa nuova piattaforma si avrà solo quando la maggior parte dei comuni, in particolare quelli ad alta attrazione turistica, vi avranno aderito. Pertanto è indispensabile che ognuno di noi si attivi con il proprio comune per l'adesione al portale e per la propria registrazione su di esso. Recentemente anche l'A.N.C.I., l'Associazione Nazionale Comuni Italiani, si è schierata in favore della diffusione di questo nuovo portale: con una propria nota ha invitato tutti i sindaci dei Comuni italiani ad aderire a questa iniziativa, pubblicando sul proprio portale <https://www.anci.it/avviata-la-banconote> sia la nota inviata che tutte le istruzioni utili agli operatori e ai cittadini

per poter attivare e utilizzare questo strumento.

Qui di seguito segnalo il sito web www.ilportaledellautomobilista.it dove alla voce servizi on line potete trovare la pagina dedicata alla CUDE all'interno della quale sono fornite diverse informazioni sia di carattere generale che operative. Le riassumo in questi punti, riservandosi di tornare sull'argomento con altri informazioni e dettagli utili a livello pratico ed operativo.

Piattaforma CUDE: fonti normative e finalità

Piattaforma CUDE: per i titolari di contrassegno

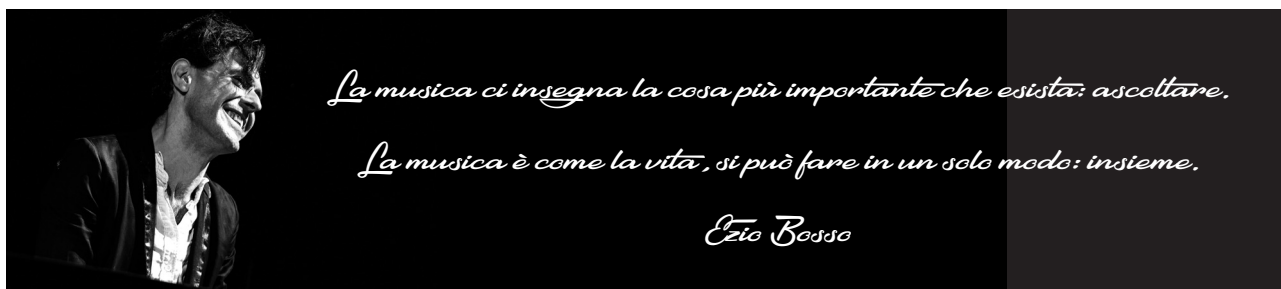
Piattaforma CUDE: l'adesione alla piattaforma è facoltativa

Piattaforma CUDE: come aderire.

Piattaforma CUDE: quali e quanti veicoli

Piattaforma CUDE: funzionalità disponibili

Piattaforma CUDE: servizi disponibili per i comuni



AUMENTO DELLE PENSIONI DI INVALIDITÀ, CIRCOLARE INPS SUGLI IMPORTI 2023

Aumento pensioni, assegni e indennità per invalidi civili totali per la rivalutazione
Tabelle 2023 con importi di maggiorazioni e limiti di reddito

di Gabriella Fermanti

Come di consueto, INPS ha rilasciato l'aggiornamento per gli importi delle pensioni di invalidità. Nello specifico, si tratta della Circolare n. 135 del 22 dicembre 2022.

Per il **2023** sono state rivalutate le **pensioni di invalidità** in base all'indice di inflazione, in adeguamento al maggiore costo della vita. Gli **aumenti** riguardano sia gli importi di pensioni e **assegni** sia quelli delle **indennità**, a qualunque titolo erogati ad invalidi civili, ciechi civili e sordi.

Cambiano però anche i **limiti di reddito** previsti per il diritto all'assegno mensile degli invalidi parziali e delle indennità di frequenza, stabilito per la pensione sociale: tali importi risultano aumentati del 5,1%.

Incremento pensione invalidi civili totali.

Per effetto della **rivalutazione**, la pensione degli invalidi civili totali al 100% in età 18/65 anni è incrementata fino a un massimo di maggiorazione di 386,27 euro mensili, con importo variabile in base al reddito.

La **soglia di reddito** per accedere a tale incremento è pari a 9.102,34 euro per il singolo pensionato e 15.644,85 euro se coniugato. Dal computo restano esclusi prima casa, pensioni di guerra e indennità di accompagnamento.

Con l'occasione, ricordiamo che anche l'Agenzia delle Entrate ha aggiornato la consueta Guida alle agevolazioni fiscali per le persone con disabilità, alla data di febbraio 2023. Per ulteriori approfondimenti rimandiamo alla seguente pagina digitale specifica sul portale dell'Agenzia: <https://www.agenziaiura.it/2022/12/22/pensioni-assegni-indennita-importi-per-il-2023/#>

Tabella importi 2023

Prestazione	Importo 2023
Pensione invalidi civili totali	€ 313,91
Assegno mensile invalidi civili parziali	€ 313,91
Indennità mensile frequenza minori	€ 313,91
Indennità accompagnamento invalidi civili totali	€ 527,16

Tabella limiti di reddito 2023

Prestazione	Limite di reddito
Pensione invalidi civili totali	€ 17.920,00
Assegno mensile invalidi civili parziali	€ 5.391,88
Indennità mensile frequenza minori	€ 5.391,88
Indennità accompagnamento invalidi civili totali	nessuno

Autista o passeggero?

scegli la soluzione più adatta alle tue esigenze



inAUTO
prodotti e servizi per disabili

info@inauto-disabili.it | 045 6176111 | www.inauto-disabili.it

INCONTRARSI

Arteterapia umanistica, Servizio di Medicina Fisica e Riabilitazione
Direttore Dott.ssa Elena Rossato Ospedale Sacro Cuore - Don Calabria, Negrar Verona

di **Charlotte Trchsel**

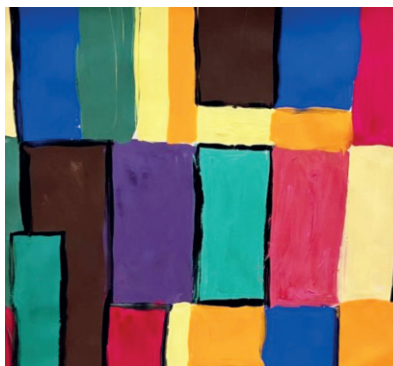


Incontrarsi è la connessione fra Arteterapeuta, Paziente e Pittura. Ad incontrarsi è, anche, il paziente a tu per tu con se stesso.

Il mio percorso e la mia meta sono il frutto di una vita vissuta sempre a contatto con le persone, e per una serie di vicissitudini mi sono trovata ad aprimi sempre di più al disagio, alla malattia grave; ho incontrato pazienti che hanno dovuto cambiare radicalmente vita e stare con loro mi dava, mi dà e mi darà tanto: l'arte, il colore che si fa "incontro", l'ascolto e la parola si mescolano, e la vita si tinge... ecco l'incontro creativo.

Ho conseguito il Diploma di Laurea in Arteterapia Umanistica metodo Bettina Egger con specializzazione LOM Lösungorientierte Malthérapie, Pittura come soluzione del problema (1); sono in formazione continua e ricorrente, con focus su psicologia esistenzialista e fenomenologica, psicologia analitica junghiana e visione genetico-evolutiva dei modelli oggettuali e sistemico-costruttivisti, e faccio riferimento alle linee guida ed ai principi della Normodinamica di cui sono insegnante.

Se questa è la mia collocazione, il paziente viene a trovarsi collocato nel disagio: è oppresso, è schiacciato a terra



come sotto un macigno, senza energia, paralizzato, disperato, in preda al senso d'inutilità e con l'idea intermittente del suicidio; in ospedale si è a contatto con il senso di impotenza e con la totale dipendenza dagli altri, le giornate sono lunghe e la degenza è un distacco radicale dalle abitudini, si è senza punti fermi affettivi e manca l'odore di casa, come mi ha detto un paziente. Tutto sa di dolore e infelicità, c'è sofferenza pura, e l'angoscia è il segnale affettivo drammaticamente più ricorrente; a questo bisogna dare spazio e considerazione anche alla Famiglia: ogni paziente porta con sé anche la propria famiglia, cioè sviluppa, via via, una relazione complessa e che occorre vigilare.

La proposta di pittura viene spesso inizialmente rifiutata e la riabilitazione si fa per riabilitare le gambe o tutto il corpo o per altre problematiche più o meno gravi, gravissime. La salute qua è precaria. La fragilità fisica condiziona la sfera dell'emozionalità, è palpabile l'ansia per il futuro incerto. Si alterano la capacità cognitiva e la capacità d'attenzione e di concentrazione... molto velate si intravedono delicatezza e gentilezza e quella composta dignità che ha una persona malata.

Nell'incontro fra Arteterapeuta e paziente, all'inizio, si privilegiano il dialogo con il rigoroso rispetto della empatia, della autenticità e dell'accettazione incondizionata; in questo contatto ci sono luci e ombre, dove le ombre possano essere perfino la difficoltà di stare vicini, a poca distanza, e nella riabilitazione la proposta Arteterapia sarà il metodo ter-



apeutico che farà emergere ed elaborare le proprie emozioni per contenerle e gestirle, per dare l'avvio al graduale processo di nuova integrazione e nuovo contatto con la realtà.

È un intervento di aiuto attraverso i colori gouache in un processo creativo che dà centralità alla Persona. Penso che senza attenzione non ci sia cura. Scrive Simone Weil: "L'attenzione è la forma più rara e più pura della generosità." (2)

Questi colori in questo cambiamento forzato, fisico e psichico hanno un ruolo importante perché sono belli! È prevista l'attivazione del tatto, del contatto, del movimento e del ritmo. Il tema della bellezza fa da sfondo all'intero incontro nell'atelier. Di più, nell'atelier c'è atmosfera di intimità, di coraggio, di fiducia, di gioia e c'è apertura. C'è bellezza, quella bellezza che secondo Dostoevskij dovrebbe "salvare il mondo". Intrinsecamente richiama il diverso che ci abita, l'altro, con le sue fragilità e con ciò che lo rende umano.

Al primo incontro con il paziente mi chiedo sempre: "Che colore mi evoca?"

Riflettere su questo è per me un'utile chiave di lettura allo scopo di cercare il contatto, il varco per l'entrata; ad esempio il giallo è uno dei colori di maggiore ambiguità... È il colore del sole, dell'oro, dell'intelletto, ma anche dell'invidia, del tradimento, della viltà, e poi dipende dalle varie culture: in quella islamica il giallo è simbolo di saggezza; durante la dinastia cinese Qing il colore giallo era esclusiva prerogativa degli abiti dell'imperatore; nella psicologia junghiana il gi-





allo simboleggia il lampo dell'intuizione che giunge quando meno lo si aspetta, e proviene, per inciso, dall'emisfero destro del cervello.

La condizione dell'essere umano malato è difficile e difficili sono le relazioni umane per il timore di non essere più accettati e riconosciuti nel momento del bisogno di ascolto e di aiuto. La malattia in primis riduce a sfinimento il corpo che non è più quello dell'Homo Faber che mangia, corre, consuma tutto il possibile, tutto vuole fare come segno di essere; ma non è più possibile: viene richiesto un contatto con un'alterità che non ha nulla a che fare con il "faccio dunque non sono morto": devo stare fermo per forza, non riesco a muovere le gambe... Nell'incontrarsi l'invito è quello di "entrare" e "lasciar entrare", è "accogliere", cioè trasformare ed adattare se stessi e la propria maniera di relazionarsi con il preciso obiettivo di mantenere il contatto e l'unicità del rapporto con l'altro: "Raggiungere" ed "essere raggiunto", questo è l'autentico incontrarsi. Il dott. Antonio Ricci, Presidente del centro studi educativi e pedagogici "Periagogè" ha pubblicato sul blog Manuale inapplicabile (3), un articolo sul pensiero di Piero Coppo, etnopsichiatra scomparso nel 2021. All'interno c'è un riferimento ad Ebner, maestro dialogista che afferma nei suoi diari: "Solamente quando l'io ha trovato il suo tu- e l'io cerca il suo tu perché esiste veramente soltanto nella relazione a lui -, allora solamente si attua la vera e giusta oggettività nel rapporto

dell'uomo al mondo " (4): ecco questa credo sia una buona sintesi della radicalità della relazione, obiettivo da ricercare costantemente.

Così entra il colore e che colori! Non sono semplici colori... per incontrarli e usarli servono i 5 sensi, come ho scritto più sopra. Sono colori che hanno pigmenti veri, che contengano olio di salvia, sono brillanti, atossici, sono ad acqua. La pratica dell'uso dei colori ci porta fuori dalla normale logica di tempo e spazio per attivare risorse per nuove soluzioni a vecchi conflitti, verso un altro modo di intendere la propria esistenza. Cioè riconosciamo i nostri vecchi automatismi di fronte ad un ostacolo, cioè la malattia, e si crea un nuovo modo di stare con ciò che c'è. Perché è veramente utile, se si può, dipingere con le dita? Perché porta a processi diretti ed immediati, gli stati d'animo si percepiscono in modo diverso e le traiettorie dei pensieri e delle emozioni risultano decifrabili, plasmabili; la successiva riflessione sarà chiara, umana. Alla fine lavare le mani diventa un rituale, spesso rimane un po' di colore sotto le unghie e lascia traccia, e queste tracce fissano e aiutano a ricordare il processo fatto.

E così un tempo sufficientemente lungo di arteterapia rende possibile "trasformare" il dolore fisico, e l'ansia di doverlo affrontare, in un'occasione accettabile. Questo passaggio riesce solamente se si trova insieme un varco e nel campo che si genera, c'è fiducia nell'affidarsi. Per fare questo l'Arteterapeuta deve occuparsi di se stesso per avere una suf-

ficiente consapevolezza di sé perché possa "accompagnare" la pesantezza del dolore profondo, la durezza del trauma, della malattia e del cambiamento forzato che nessuno vuole. Penso a Calvino che indica allo scrittore come una delle sue necessarie virtù la leggerezza, però mai intesa come superficialità.

La leggerezza dell'uccello, non della piuma. (5) Ma ecco i dipinti...

Quando tengo il dipinto finito nelle mie mani, anche se per un solo attimo, e so che è nato dopo un travaglio... respiro bellezza indescrivibile.

Come si promuove il cambiamento? Nessuno vuole cambiare. Eppure siamo sottoposti a continui cambiamenti. La consapevolezza è prima dell'accettazione e l'accettazione ha sempre a che fare con la volontà. Come si fa ad accettare la malattia grave? Chi, cosa ti permette la trasformazione?

Mi interrogo... e una cosa che mi salta in mente è: "Serve il continuo sforzo di ampliare lo sguardo e rendere visibile quello che c'è, e prendersi cura delle cose nascoste." Forse è questa, oggi, l'Arteterapia umanistica.

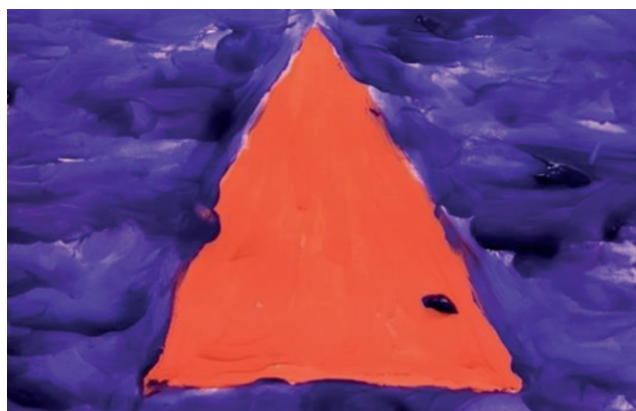
Scrivo Vincent van Gogh, a suo fratello Theo: "Abbi pazienza, forse vedrai ancora che anch'io sono un lavoratore; spero tuttavia di fare qualche scarabocchio in cui ci sia qualcosa di umano. La vita è stretta, la porta è stretta, e sono pochi a trovarla. (6)

Note bibliografiche

- (1) Bettina Egger, Jörg Merz, LOM Lösungsorientierte Malttherapie, Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern Svizzera
- (2) Simone Weil, Joe Bousquet, Corrispondenza, Sé, Feltrinelli, 2022
- (3) [http://manualeinapplicabile.it/normodinamica/piero-coppo-Convocare l'invisibile per conoscere l'umano](http://manualeinapplicabile.it/normodinamica/piero-coppo-Convocare%20l'invisibile%20per%20conoscere%20l'umano)
- (4) Ferdinand Ebner, Parole e Amore, Rusconi, 1983
- (5) Italo Calvino, Lezioni americane, Mondadori, 2022
- (6) Marco Goldin, Van Gogh, L'autobiografia mai scritta, La nave di Teseo editore, Milano, 2020

CASO 1

Il triangolo rosso è la metafora di un problema di ansia. Con la "giusta grandezza" e la "giusta posizione" lo stato mentale si acquieta.



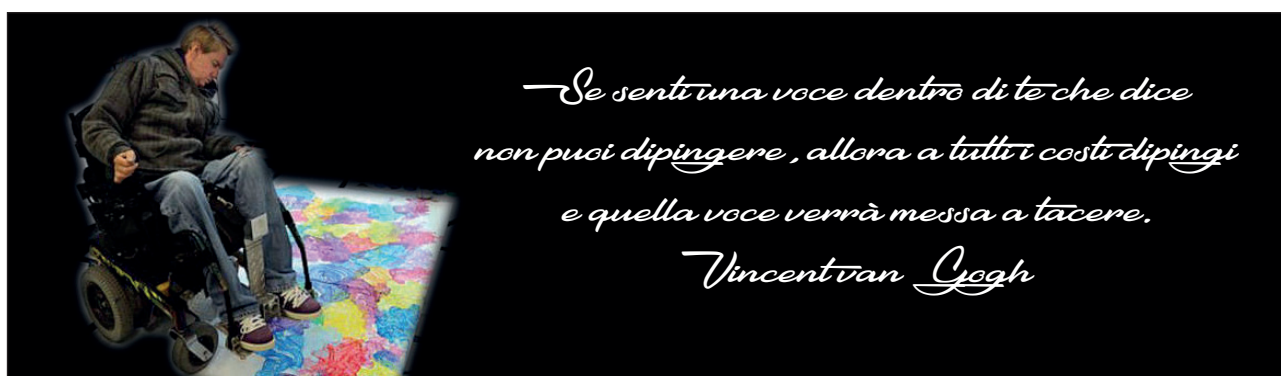
CASO 2

Un gesto sul foglio che, con la tecnica della punteggiatura, diventa un salice piangente. Un profondo contatto con l'albero che ha origini in Asia dà la possibilità al paziente di un contatto profondo. Contatta tristezza.



CASO 3

Non so dipingere non ho mai dipinto, non voglio sporcarmi e non voglio fare nulla. Non mi guardava inizialmente poi ci guardavamo e con lo sguardo mi chiedeva attenzione ed istruzione su cosa disegnare. Il tempo passa, gli incontri sono quotidiani, insieme si trova un varco ed è incontro ed ora vuole provare quanti più modi possibili.



*Se senti una voce dentro di te che dice
non puoi dipingere, allora a tutti i costi dipingi
e quella voce verrà messa a tacere.
Vincent van Gogh*

PRIMATI

di Flavio Savoldi



Siamo primi in Europa sui 60 metri e non solo. Gli organi d'informazione hanno infatti reso noto l'ultimo italico primato: guidiamo la classifica europea 2022 delle frodi al fisco (3,2 miliardi di euro, di cui 2,7 riferibili all'IVA). Guidiamo anche la classifica dell'evasione fiscale (110 miliardi annui). Storia antica, nota e tollerata: una parte significativa del paese sostiene infatti, orgogliosamente, che quando le tasse sono troppo alte evadere è legittimo, per cui si evade, si elude... niente scontrino.

Il Fisco è questione culturale e pratica complessa: è classista alla luce del sole (l'83% dei redditi dichiarati proviene dal lavoro dipendente e dalle pensioni), tassa i redditi bassi e medi, premia i redditi alti: i ricchi (che in Italia sono "stranamente" pochi) sono sempre più

ricchi e i poveri sempre più poveri. E la politica? Miserie senza distinzione di genere: approssimazioni e slogan hanno sovrastato di gran lunga l'intelligenza e, salvo casi rari, il confronto tra diversi punti di vista risulta impossibile. L'homo sapiens ha perso il sapiens per cui il ministro degli esteri della Federazione Russa Lavrov può permettersi di dire, suscitando la comprensibile ilarità dei presenti, che l'Ucraina ha aggredito la Russia. Se vi vien da ridere attenti, il patriarca della chiesa ortodossa Kirill potrebbe chiudervi la porta del Paradiso a doppia mandata: ha spodestato San Pietro. E vai con i primati Italia. I salari sono i più bassi d'Europa, spopola il lavoro in nero. Gli stranieri irregolari, e non, quelli che fanno crescere la ricchezza del nostro paese, finanziano le nostre pensioni, assistono i nostri cari, lavorano nelle nostre campagne, nella ristorazione e nell'edilizia restano "clandestini", sempre alla luce del sole sia chiaro. Cosa aspettiamo a regolarizzarli, visto che ne abbiamo assoluto bisogno e che -è una certezza- in questo paese vogliono vivere e lavorare? Come facciamo a saperlo? È semplice, sono i nostri vicini, e poi gli organi di informazione informano, non nascondono ciò che è di dominio pubblico. Vorremmo finirla con i primati negativi e mettere in evidenza

le buone prassi, ma facciamo fatica a trovarle anche se il presidente Luca Zaia ci ricorda -un giorno si e l'altro pure- che il Veneto applica i LEA più di altre Regioni. Sull'eccellenza e l'impegno degli operatori della sanità non abbiamo dubbi presidente, sul resto solleviamo le sopracciglia: la programmazione socio-sanitaria ha lasciato posto all'improvvisazione, i familiari sono di fatto obbligati ad assistere i congiunti perché gli interventi domiciliari sono insufficienti, i servizi riabilitativi sono ridotti al lumicino, l'inclusione scolastica e l'inserimento al lavoro arrancano. L'attenzione che lo Stato Italiano pone alla salute dei propri cittadini in questi due anni è diventata più che visibile: se vi serve una visita specialistica potete farla prescrivere dal medico di base - se lo avete - e poi chiamare il CUP: l'appuntamento è immediato... in libera professione.

Il Veneto era un'eccellenza e anche se i confronti lasciano sempre a desiderare la precisazione è d'obbligo: il passato è remoto, non è il presente. Se tanti ragazzi e ragazze se ne vanno, e non tornano, non è solo per il desiderio di fare nuove esperienze. È perché in questo Paese complicato e vecchio non trovano l'accoglienza che meritano e dubitano di riuscire a costruirsi un futuro.

E i diritti? Domani è un altro giorno.

www.damolifotoottica.fotonegozi.it

Damoli
fotoottica
negrar (vr)



via Mazzini, 29
tel/fax 0457500120
info@fototticadamoli.191.it



BASKET IN CARROZZINA

Terza vittoria di fila per l'Olympic Verona



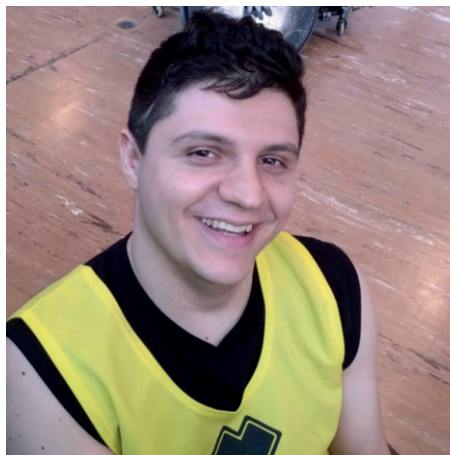
Momento d'oro per l'Olympic Verona che trova la terza vittoria consecutiva superando Montecchio, Brescia e la capolista Padova. Dopo il facile successo contro i vicentini (67-33), al Pala Quinto è arrivata Brescia, in una sfida che prometteva grande equilibrio e così è stato. Verona però, fin dai primi istanti di gara, ha assunto il controllo del match, sapendo gestire al meglio il tentativo di rimonta degli ospiti. Nel finale il vantaggio si incrementa fino al 53-44 finale. Mattatore dell'incontro



Fynn con 26 punti. La vera sorpresa, però, è arrivata nel match contro la capolista Padova in cui Verona spolvera una grande prestazione vincendo 51-36. Il primo quarto è a favore dei biancorossi, ma l'Olympic nella seconda frazione stringe le maglie in difesa, trova fluidità in attacco, e va meritatamente al riposo sul +7 (27-20). Nella ripresa Verona preme sull'acceleratore e prima dell'ultima frazione il tabellone dice 42-

26 per i gialloblù. Nel finale Padova tira fuori l'orgoglio della capolista, ma Verona è in giornata di grazia e vince meritatamente 51-36, ribaltando anche la differenza canestri rispetto al match d'andata perso 80-67. Anche in questa sfida è Fynn il miglior marcatore, 22 punti per lui. Risultato di prestigio per i ragazzi di coach Imperio che ora si preparano con entusiasmo alla seconda parte di campionato. Tratto da L'Arena

OLYMPIA ATHLETIC TEAM AGLI ITALIANI INDOOR PARALIMPICI



Sono tanti gli atleti che possono andare a medaglia. Tra questi c'è anche il capitano dei Mastini Cangrandi Verona di rugby in carrozzina, Giuseppe Testa, che ha fatto il suo

esordio nella competizione paralimpica tricolore dei 60 metri. Sono stati giorni molto intensi per l'Olympia Athletic Team, il 24 e 25 febbraio scorsi, un appuntamento di assoluto rilievo. Svoltesi ad Ancona il campionato italiano indoor paralimpico, competizione di elevata caratura con protagonisti Nicola Rocca che si cimenta sui 1500 e sui 200 metri, Giovanni Pili D'Ottavio che gareggia sulle lunghe distanze, Mircea Luras che partecipa ai 400 metri e al lancio del peso, Nunzia De Francesco atleta nel lancio della clava e l'immane Toni Milano che ripropone la sua sfida nei 60 metri in una specialità impegnativa come gli 800.



Invece di pensare a ciò che non puoi fare per colpa di ciò che non hai,
pensa cosa puoi fare grazie a quello che hai.

Alex Zanardi



LIGNANO MASTER OPEN

Falco e Crosara sono insuperabili, super la Fondazione Bentegodi



due atleti sono stati protagonisti al torneo nazionale di Lignano. Buoni risultati anche per Giardini e De Rossi Tornano a gareggiare gli atleti Paralimpici della Fondazione Bentegodi e sono subito protagonisti con delle belle vittorie al secondo torneo nazionale paralimpico della stagione che si è disputato a Lignano. In classe 1 Federico Falco, che attualmente ricopre la sesta posizione nel ranking mondiale: non ha avuto soverchie difficoltà ad aggiudicarsi la finale sul lombardo Casati, senza aver ceduto

alcun set nel corso degli incontri disputati. Ben più complicata la strada per Federico Crosara in classe 2: dopo un set ceduto al friulano Coren in semifinale, il bentegodino, attualmente al quindicesimo posto nel ranking mondiale, ha dovuto sudare le proverbiali sette camicie per avere la meglio in finale, dopo cinque combattutissimi set sull'olimpionica Giada Rossi. In classe 3, Bentegodi ancora protagonista grazie ad Alessandro Giardini, che ha ottenuto un terzo posto, pur con molto rammarico considerate la capacità tecniche del veronese, affiancato a pari merito dal sorprendente compagno di squadra Gabriele De Rossi che ha ottenuto meritatamente un risultato a sorpresa. La stagione paralimpica del tennistavolo prosegue ora con l'Open di Spagna in programma a Platja d'Aro in Catalogna, evento che vede i portacolori della Bentegodi attesi ad importanti verifiche tecniche anche in considerazione del ruolo di protagonisti che ricoprono. S. C.

Tratto da L'Arena

CROSARA E ROSSI "VENDICANO" LA SCONFITTA DI GRANADA



Crosara e Rossi "vendicano" la sconfitta di Granada. L'Italia ha chiuso il Lignano Master Open conquistando la quarta medaglia d'oro. Giada Rossi è stata l'unica atleta in gara a mettersi al collo per tre volte il metallo più pregiato, perché alle vittorie nel singolare di classe 2 e nel doppio WD5, in coppia con Michela Brunelli, ha sommato l'ultima nel misto XD4 con Federico Crosara. È salito sul primo gradino del podio anche Matteo Parenzan nel singolare di classe 6 e il bilancio è stato completato dai bronzi di Elena Elli e Crosara nei singolari di classe 8 e 2.

Nella finale del misto Crosara e Rossi si sono presi la rivincita nei confronti della Corea, che li aveva battuti nell'atto conclusivo dei Mondiali di Granada, e hanno superato per 3-0 (11-9, 11-5, 11-9) Joo Young Dae e Lee Mi Gyu. Nel

primo set hanno recuperato dal 3-6 al 5-6, dal 5-7 al 7-7 e dal 7-9 al 9-9, per mettere a segno gli ultimi due punti. Il secondo parziale è stato un monologo degli azzurri, che sono volati sul 7-2 e hanno conservato il vantaggio fino al termine. Nel terzo gli asiatici hanno avuto un avvio brillante (4-0) e sono stati gradualmente rimontati fino al 9-9. Gli avversari hanno chiamato timeout e al rientro Crosara ha portato alla causa gli ultimi due scambi, che hanno segnato il trionfo.

«Con i coreani -ricorda Rossi- dovevamo riscattare la sconfitta dei Mondiali e ci siamo riusciti. Dall'altra parte avevamo una classe 3 e il miglior classe 1 del mondo, abituato a giocare le palle corte e a rispondere ai servizi corti. Abbiamo dovuto tenere sempre la massima concentrazione e pensare a quale palla giocare. Al rientro dal

timeout, poi, Fede ha sfoderato due palle strepitose». Crosara le ripercorre: «Sul 9-9 ho fatto due servizi corti. Sul primo mi hanno risposto una palla piuttosto complicata sul gomito e ho effettuato un'alzata che è andata a finire nell'angolino. Il secondo servizio è stato talmente corte che la risposta della coreana è terminata fuori. Avevamo un conto aperto da Granada e questo successo ci dà una grandissima soddisfazione. Sono contento anche del bronzo nel singolare.

Al di là della medaglia, sono felice del gioco che ho espresso. C'erano ben 27 partecipanti, con un livello complessivo molto alto. Ho sconfitto tutti gli avversari che avevo dietro di me nel ranking e due coreani, fra i quali il numero 4 al mondo. Si tratta di una bella iniziativa bella iniezione di fiducia in vista del prosieguo della stagione».

CAPODANNO IN VERSILIA

di Franco Vincenzi



Carrara, Piazza Antonio Gramsci



Colonnata



Viareggio, lungo mare



L'albero di Natale a Viareggio

30.12.2022 Carrara, Colonnata (MS) e Viareggio (LU), (I° giorno)

Nel tentativo di farci amico il nuovo anno in arrivo, abbiamo pensato bene di accoglierlo in Versilia in riva al Mar Tirreno. Partiamo la mattina del 30 dicembre. Il tempo non promette bene ma pazienza. Arriviamo a Carrara, la ns prima tappa, e in una pausa di pioggia ne approfittiamo per qualche foto, prima alla Cattedrale di Sant'Andrea in Piazza Duomo in pieno centro e poi nella piccola ma vicina Piazza delle Erbe nella quale campeggia il murale dedicato a "Francesca Rolla staffetta partigiana e donna della rivolta di Piazza delle Erbe a Carrara" (Fonte Archivio della Resistenza). In fine arriviamo in Piazza Antonio Gramsci dove troneggia la Fontana di Piazza D'Armi famosa per la sua sfera di marmo di Carrara, che ruota per la spinta dell'acqua. Intorno tutto uno spazio verde direi abbastanza curato. Subito accanto, in Via Roma il Palazzo Cybo Malaspina sede dell'Accademia delle Belle Arti e del Municipio. Lasciamo la città e facciamo in piccolo giro in macchina addentrandoci verso la collina in direzione di Colonnata. Il tempo in questo momento sta infierendo su di noi, nuvole basse e pioggia ci lasciano vedere solo parzialmente

quello che è uno spettacolo particolare del luogo: le cave per l'estrazione del marmo che sono diventate anche una fonte turistica perché sono previste visite guidate in sicurezza su appositi fuoristrada. Arriviamo a Colonnata, famosa oltre che per il marmo anche per quel tipico e saporito prodotto alimentare il Lardo di Colonnata, così chiamato perché stagionato in conche di marmo di Carrara. L'orario è quasi calcolato, è l'ora di assaggiare qualcosa. Troviamo aperta una trattoria accessibile dall'esterno e molto carina ma con i servizi al primo piano. Cosa abbiamo mangiato (e bene)? Indovinate! Il borgo ha una piccolissima piazzetta ma nel suo insieme non è sicuramente consigliabile a chi deambula con difficoltà, però è bello tutto il percorso in macchina per arrivarci.

Giornate corte, il buio incombe e quindi ci dirigiamo verso l'albergo. Abbiamo alloggiato per tre giorni presso l'Hotel Bixio al Lido di Camaiore a pochi km dalla ben più famosa cittadina di Viareggio. Parliamo subito dell'Hotel e ne parliamo bene. È accessibile grazie a due rampe corredate anche di corrimano che superano la decina di gradini posti in ingresso. All'interno un ascensore porta a tutti i piani (bar-terrazza panoramica

compresa). Ho alloggiato in una stanza spaziosa, balcone fronte mare, bagno con maniglioni per persone con difficoltà di deambulazione, doccia a pavimento con telo in plastica. Il punto di forza secondo me sono la cucina e il personale. Ho soggiornato per fine anno ed ho mangiato molto bene.

Dopo cena siamo tentati di visitare una Viareggio con il lungomare illuminato dalle luminarie natalizie, ma ci riusciamo solo in parte, la pioggia ci interrompe nuovamente.

31.12.2022 I paesi dell'entroterra Versiliano (II° giorno)

Anche il secondo giorno inizia all'insegna del meteo dispettoso! Sotto una pioggerellina ci avviamo verso Pietrasanta, comune della provincia di Lucca, il cui borgo medievale "è noto anche come **la piccola Atene della Versilia** grazie alla grande tradizione della **lavorazione del marmo** che ha sempre attratto i più grandi artisti del mondo". Entriamo nella pedonale Via Mazzini costeggiata da tanti piccoli negozi e locali e raggiungiamo la principale Piazza del Duomo dove si possono ammirare subito la maestosità del Duomo di San Martino (entrata accessibile sul lato sinistro dietro la torre campanile). Sempre sulla si-



l'informatore



Pietrasanta, Piazza del Duomo



Pietrasanta, Chiesa di Sant'Agostino



Camaiole, Collegiata di Santa Maria Assunta



Casoli

nistra (guardando il duomo) troviamo la Chiesa di Sant'Agostino, il cui interno è ad una sola navata, con soffitto a capriate, ha di particolare il pavimento disposto su vari livelli, che si adegua alla pendenza del terreno esterno. Collegato alla chiesa c'è il Chiostro (sede di un ex convento ora il tutto è sconosciuto) che ospita il "Museo dei Bozzetti" dove sono esposti tantissimi bozzetti di sculture di altrettanti numerosi artisti. Sono entrambi visitabili anche per chi come me si sposta col l'ormai famoso Triride attaccato alla carrozzina, ma bisogna fare un centinaio di metri per entrare da dietro ed è tutto pianeggiante. Sulla destra del duomo troviamo invece la Torre dell'Orologio e Piazza Giordano Bruno col suo imponente bastione che rappresenta una ulteriore entrata al centro storico.

Lasciamo Pietrasanta e ci dirigiamo verso Monteggiori (LU) che sicuramente merita una visita ma arrivati sul posto, le pendenze che dovrei affrontare su un ciottolato reso per di più scivoloso dalla pioggerellina che ancora cade, mi suggeriscono di passare oltre ma a guardarlo da fuori sembra davvero suggestivo.

Il mio crono-programma suggerisce ora di raggiungere, anche perché poco lontano, il borgo di Camaiole (LU). Parcheggiamo vicino a Piazza XXIX Maggio (la principale) dove ci fermiamo subito perché visto l'orario e il locale (totalmente

accessibile) che si chiama "Tutto Pasta" abbandoniamo per strada i nostri buoni propositi di trattenerci un po'. Dopo la sosta culinaria che mi sento di consigliare, camminiamo per il centro storico, finalmente senza bagnarci, ed è rilassante, un piccolo borgo con angoli da scoprire che ti permette di respirare un tempo lontano e passato, sicuramente meno frenetico. Visitiamo la Collegiata di Maria Assunta che risale al 1260 che si trova proprio nel centro del borgo, in Piazza San Bernardino, lì accanto si trova anche Porta di San Pietro o Porta Lombricese che è la sola porta rimasta delle 4 che facevano parte delle antiche mura. Sulla porta si trova un affresco seicentesco raffigurante una Madonna con bambino. Passata la porta incontriamo quello che viene chiamato l'Arco di Trionfo eretto nel 1574 dalla città di Lucca per celebrare la fedeltà di Camaiole. Da segnalare anche la Chiesa di San Michele, di origine romanica ma largamente ricostruita nel secondo dopoguerra.

Il nostro tour dell'ultimo giorno dell'anno si conclude con Casoli di Camaiole, che si trova a 400 mt s.l.m. Segnalo subito che non è semplicissimo parcheggiare, ma una passeggiata nel borgo dal fascino antico, dove l'assenza di rumori sembra aver fermato il tempo non si può non fare. La terrazza panoramica di inizio paese ti permettere di vol-

gere lo sguardo sino al mare e la sorte ci regala anche dei bei colori al tramonto. Casoli di Camaiole è conosciuto come il **borgo dei graffiti**. Il vicolo principale che parte dalla porta di ingresso e che segnalo perché totalmente accessibile in carrozzina e Triride permette di ammirare diversi graffiti sulle pareti delle case, raffiguranti scene mitologiche o di vita quotidiana, in particolare dei mestieri tradizionali. Torniamo in Hotel perché è ora di prepararsi per il ns veglione di fine anno.

01.01.2023 Le città di Pistoia e Lucca (III° giorno)

Ed è arrivato anche il primo gennaio e finalmente ci svegliamo senza la pioggia sulla testa. Smaltito il brindisi di mezzanotte e recuperata un po' di voce per i canti notturni, in accordo con i miei compagni di viaggio Sergio, Silvana e la mia dolce metà Lina puntiamo su Pistoia che nessuno di noi conosce. Dal mare ci vogliono circa 50 minuti di auto, ma poi ci accoglie una bella cittadina toscana, sorta in epoca romana, con un centro storico di matrice medievale ben conservato che nel 2017 è stata anche nominata città capitale italiana della cultura. Un altro particolare di questa cittadina che non conoscevo è la sua vocazione all'imprenditoria vivaistica. Parcheggiare l'auto in centro non è semplicissimo, ma visto che era la mat-



Pistoia, Piazza del Duomo



Pistoia, Museo dello Spedale del Ceppo



Lucca, Chiesa di San Michele in Foro



Lucca, Piazza dell'Anfiteatro

tina del primo dell'anno riusciamo ad avvicinarci molto bene. Purtroppo in questa giornata di festa troveremo chiusi alcuni luoghi per turisti.

Visitiamo per prima la Chiesa di San Paolo il cui esterno ricorda chiaramente il gotico toscano. Attraversando la vicina e piccola Piazza Garibaldi scendiamo verso la centralissima Via Cavour, dove giganteggia con i suoi marmi bianco e nero la Chiesa di San Giovanni Fuorcivitas. In giro non molte persone, principalmente turisti. Proseguiamo per Piazza della Sala, che nel '400 fungeva da macello ora invece è sede di mercato ortofrutticolo, con punti di ristoro e pozzo marmoreo. Passiamo anche dalla attigua e piccolissima Piazzetta Ortaggio. È arrivato il momento di dirigerci verso la principale Piazza del Duomo, nella quale annualmente si tiene la tradizionale "Giostra dell'Orso" una sorta di palio equestre dove si sfidano i rioni cittadini. Si affacciano sulla piazza La Cattedrale di San Zeno (la cui entrata accessibile è dalla laterale via della Torre) con il suo imponente Campanile ed il Battistero di San Giovanni in corte. A completare la Piazza l'Antico Palazzo dei Vescovi (ora sede museale), il palazzo del Tribunale di Pistoia, il Palazzo del Governo ed il Palazzo del Comune, davanti al quale troviamo la banda della Città di Pistoia che intrattiene i turisti venuti in città per il primo giorno del 2023. Per concludere

il ns breve tour nella Città di Pistoia ci dirigiamo verso il vicino "Spedale del Ceppo" che fu fondato alla fine del 1200 e dove per sette secoli si sono svolte attività sanitarie e dove è rinvenibile quello che viene chiamato il "Teatrino Anatomico", purtroppo lo troviamo chiuso, ma la facciata ripaga la nostra passeggiata. Torniamo verso la nostra macchina passando da Piazzetta Santo Spirito dove si trova la chiesa dedicata a Sant'Ignazio di Loyola, per finire poi in Via della Madonna dove si trova l'ottagonale Basilica dell'Umiltà la cui cupola a copertura realizzata dal Vasari imita quella più famosa del Duomo di Firenze. Lasciamo Pistoia e ci dirigiamo verso Lucca, città bellissima, con tantissime cose da vedere che richiederebbe molto più tempo ma che già avevo visitato diversi anni prima, con delle mura sulla cui sommità corre un percorso pedonalizzato di circa 7 km (che vorrei fare tutto d'un fiato col mio Triride), ma è d'obbligo rimanere con i miei compagni di viaggio. Ci addentriamo nelle vie cittadine iniziando da una affollata Via San Paolino, dove non manchiamo di un piccolo ristoro all'aperto in uno dei locali tipici. Proseguiamo verso la Chiesa di San Michele in Foro situata nella omonima piazza, la visita all'interno è obbligatoria e merita. Poi ci dirigiamo alla Basilica di San Frediano conosciuta ai più per quella sua facciata decorata da un mo-

saico dorato. Poco lontano visitiamo forse il luogo più famoso di Lucca per la sua particolare forma ovale, la Piazza dell'Anfiteatro. Ci dirigiamo poi verso il Duomo di San Martino che non possiamo rivedere a causa di una funzione religiosa in corso e la vicina Chiesa dei Santi Giovanni e Reparata dove le opere di recupero hanno portato alla luce resti risalenti all'epoca romana. Le luci del giorno ormai hanno lasciato spazio alle luci artificiali che però in questa piazza hanno un certo fascino. Ultima tappa prima di riprendere l'auto per tornare in albergo sono la piazza del Giglio, sede dell'omonimo teatro e l'attigua ma più grande Piazza Napoleone, che troviamo davvero affollate.

02.01.2023 Lerici (SP) e Pontremoli (MS) (si torna a casa ma con le dovute tappe)

Come tutte le cose belle, anche la nostra vacanza in Versilia si conclude. Lasciamo il Lido di Camaiore e la ns base (l'hotel Bixio, lo cito ancora perché accessibile) e risaliamo verso nord. In una giornata uggiosa di "Battistiana" memoria, facciamo la ns prima tappa: Lerici (SP). Anche qui il centro è piccolino ed il parcheggio una discreta fatica anche perché in questo paese posti riservati a disabili ce ne sono abbastanza ma molti di questi hanno il numero di permesso indicato in tabella, per cui non utilizzabili dai turisti come me. Lasciata l'auto sul





Lerici, il porto ed il Castello



Lerici, la festa dello Street Food



Pontremoli, Ponte della Cresa



Pontremoli, Castello del Piagnaro

lungomare in direzione il San Terenzo, percorriamo lo stesso lungomare tornando verso il centro paese che è sovrastato dal suo Castello. Nella prima parte del paese troviamo già piazzati i "Food Truck" perché inizia proprio quel giorno la settimana dedicata allo street food. Costeggiamo tutto il porticciolo di Lerici e giungiamo proprio ai piedi del castello dove ci sono alcuni punti panoramici appositamente creati per i turisti. Salire al Castello? Siiiiii, ovviamente è sempre valida l'opzione di farlo a piedi tramite stradine a lunghi gradini dal centro paese, oppure da sotto il castello tramite una bella scalinata; ma attenzione esiste anche un ascensore che porta in alto, sino al piazzale del Castello che rimane off-limit per i "carrozzati" come me, ma ammirare le due baie di Lerici dall'alto è comunque una bella soddisfazione. L'ascensore si trova in una galleria che collega le due baie di Lerici proprio sul lungomare sotto il castello. Breve passeggiata per la piazza principale e per un paio di viuzze strette per curiosare fra i souvenir e torniamo verso la macchina per riprendere la via. Arriviamo ad Aulla (MS) comune dell'en-

troterra carrarese più precisamente della "Lunigiana" che è una regione storica italiana che trae il proprio nome da una antica città romana di Luni. Siamo alla ricerca del "presepe meccanico" che purtroppo non riesco a visitare. Ci fermiamo per una sosta tanto per cambiare culinaria. Segnalo il locale "La Vecchia Bruxelles" per due motivi, il primo fondamentale... si mangia davvero bene dove titolare e personale sono stati molto ospitali, il secondo... il classico controsenso italiano (e forse non solo), locale con servizio "accessibile" ma con un paio di gradini all'esterno che da soli non si superano; ottima location per l'estate. Ripartiamo per la ns ultima tappa prima di casa: Pontremoli (MS) anche questo "borgo" è situato nella stessa zona detta della Lunigiana. La macchina la lasciamo fuori dal centro storico, in un parcheggio sulla riva destra del Torrente Verde che pochi metri più avanti confluisce nel fiume Magra. A pochi passi troviamo lo storico "Ponte (pedonale) della Crèsa" costruito in pietra nel XIV secolo. Da lì si entra, attraversando l'omonima porta e vicoletti caratteristici nel Borgo Storico. Arrivati

sulla centrale Via Garibaldi, giriamo a sinistra (direzione Nord) e ci dirigiamo verso una meta da non perdere: il "Castello del Piagnaro" che oggi ospita un museo e che è facilmente raggiungibile grazie ad un ascensore posto appena fuori "Porta Parma" posizionata a nord del borgo. Il castello che è accessibile alle carrozzine nella parte esterna, nel cortile interno ed un paio di sale, ospita anche il "Museo delle statue stele lunigianesi" che invece è totalmente accessibile. Ripercorrendo a ritroso la Via Garibaldi ammirando qualche piccolo vicolo e negozio giungiamo nel centro. Entriamo a visitare la "Concattedrale di Santa Maria Assunta", all'interno diversi dipinti, una importante cupola ed un organo a canne. Accanto a Piazza del Duomo facciamo due passi e i gli ultimi scatti all'imbrunire in Piazza della Repubblica. Torniamo verso la nostra macchina percorrendo gli stessi vicoli e lo stesso Ponte della Crèsa soffermandoci ad ammirare il paesaggio ormai in notturna del Castello e del borgo cittadino. Il nostro viaggio si conclude qui ed io ringrazio i miei compagni di viaggio e la mia dolce metà Lina.



Ah! Il viaggio è un bagno di umiltà: ti rendi conto di quanto è piccolo il luogo che occupi nel mondo

Gustave Flaubert

LAGO DEI CAPRIOLI - FAZZON TRENTO

di Franco Vincenzi



È un piccolo gioiellino che a mio parere merita una visita. C'è per amor del vero da dire che raggiungere questo luogo incantevole partendo da Verona porta via poco più di 2 ore per coprire la distanza di 170 km circa, ma, vi assicuro, vale il tempo e la strada. Percorrendo la SS42 che attraversa la Val di Sole in direzione del Passo del Tonale, 15 km prima del passo si trova il paesino di Pellizzano, qui si abbandona la statale e si seguono le indicazioni per il Lago dei Caprioli.

Una strada asfaltata, strettina e con buone pendenze, sale dai 925 mt di Pellizzano ai 1280 mt del Lago dei Caprioli. Arrivati in cima, in località Fazzon, la strada è chiusa con una sbarra, da lì si deve proseguire a piedi ed il parcheggio

è a pagamento, 3 euro per la giornata. Il lago è a poca distanza -meno di 300 mt- che con un propulsore tipo Triride è assolutamente fattibile, ma i disabili muniti di contrassegno possono comunque salire con la macchina sino al lago, dove ci sono alcuni posti riservati, e non pagano il parcheggio.

Arrivati al lago lo spettacolo è garantito, troviamo un piccolo bacino d'acqua, attorniato da grandi ed alti boschi di pino. Uno spettacolo della natura. Nei primi giorni di settembre il sole non arriva presto ma illumina il lago sino a pomeriggio inoltrato. Spazi verdi offrono grandi opportunità di relax, o di corse spensierate per i più piccoli. Il sentiero che circonda il lago passa a tratti proprio a bordo acqua, in altri si addentra un po-

chino fra i pini del bosco offrendo grandi visuali da diverse prospettive. Non è lungo, è totalmente accessibile a chi utilizza esempio il Triride, mentre per le carrozzine spinte a mano ci sono un paio di punti dove sicuramente serve una spintarella.

Per chi va cercando una giornata lontano da stress o affollamenti può essere una speciale alternativa. Dulcis in fundo, sappiate che appena arrivati al lago, superato un pontile, sulla destra trovate un piccolo spazio attrezzato con panche e tavoli, per gustare comodamente un pic-nic. Altrimenti, il sistema classico di sedersi in riva al lago sarà un'altrettanto valida soluzione.

Nel ristorante/bar Chalet al Lago ci sono bagni accessibili.

PARTECIPA ANCHE TU ALLA VITA DEL G.A.L.M.



Lo puoi fare iscrivendoti alla MAILING LIST

iscrivendoti alla MAILING LIST avrai la possibilità di comunicare con molte altre persone con lesione al midollo spinale per chiedere informazioni e consigli che possono aiutarti a migliorare la qualità della tua vita.



Per iscriversi invia una mail a info@galm.it indicando il tuo nome ed il tuo indirizzo di posta elettronica; oppure con un "mi piace" sulla pagina Facebook del GALM. Potrai così seguire tutte le notizie e i commenti su problematiche legate alla disabilità ed in particolar modo alla lesione al midollo spinale; oppure visitando il sito www.galm.it.

SUPERARE I PROPRI LIMITI SI PUÒ, COME INSEGNA IL ROMANZO AUTOBIOGRAFICO "IL VENTO CONTRO" DI DANIELE CASSIOLI



Il libro autobiografico di Daniele Cassioli, cieco dalla nascita, ritenuto lo sciatore nautico paralimpico più

grande di sempre, con ben 25 titoli mondiali vinti. Una vera forza della natura.

Ho avuto la fortuna di conoscere Daniele ad un evento un paio di anni fa e ne sono rimasta totalmente affascinata. Il giorno dopo ho letto il suo libro. Una storia che parla di fatica, di impegno, di sacrifici, di successi e di cadute, ma anche di sentimenti, di famiglia, di amicizia e d'amore. Una disabilità fisica che per molti di noi, me compresa, sarebbe probabilmente del tutto penalizzante, ma che per Daniele è diventata un modo per "andare oltre", per guardare a ciò che lo circonda da un altro punto di vista. E lo sport è diventato il suo migliore alleato.

Un libro che insegna che gli unici limiti sono quelli nella nostra mente. Daniele

non nasconde i propri momenti bui e di sconforto, perché ogni esperienza, anche la più negativa, si trasforma in voglia di rivincita, in un motivo in più per lottare e per vincere. Una lettura bellissima, emozionante e motivazionale. Mi ha commosso il rapporto di Daniele con i genitori, che non l'hanno mai trattato come un disabile, reprimendo l'inevitabile istinto di protezione. Mi ha ispirato il suo percorso sportivo, che mai come in questo caso è perfetta metafora della vita.

"Se tu vuoi la perfezione devi lottare per averla. Ogni giorno devi lottare per averla. Non c'è pace. Ogni giorno devi andare oltre, devi prima capire quali sono i tuoi limiti e poi sforzarti di superarli!"

Tratto da #unamicatrailibri

PERSONE CON LESIONE AL MIDOLLO SPINALE NELLA REALTÀ VERONESE

Nell'anno 2022
vi sono stati nel territorio veronese
29 nuovi casi di lesione al midollo spinale
così suddivisi

Il Totale nuovi casi è comprensivo
di tutti i casi, anche quelli che hanno
esitato in deficit lievi

	Uomini	Donne
Tetraplegia	6	0
Paraplegia	3	3
Tetraparesi	6	4
Paraparesi	3	4
Cauda (solo sfinteri)	0	0
Di cui con esiti lievi	9	8
Totale nuovi casi	18	11
Cause traumatiche	12	4
Malattie di vario genere	6	7

Report del dr. Giuseppe Armani

UNITÀ SPINALE DI NEGRAR: RIPRENDE FINALMENTE UN SERVIZIO SOSPESO



È stata ripristinata l'autorizzazione alla prescrizione di protesi ortesi ed ausili anche per gli ambulatoriali in Unità Spinale dell'Irccs ospedale Sacro Cuore Don Calabria di Negrar. La prescrizione deve essere effettuata da un medico specialista dell'Asl oppure di Negrar o al Centro polifunzionale in via San Marco a Verona previa richiesta di visita specialistica da parte del proprio medico di famiglia. È consigliabile portare alla visita un preventivo fatto dalla sanitaria con i codici dell'ausilio/ortesi da richiedere. Il fisiatra compilerà il modulo di richiesta che dovrà essere presentato all'Asl di competenza

accompagnato da copia del certificato d'invalidità civile; tessera sanitaria, carta d'identità o autocertificazione di residenza. Qualora l'assistito scelga un ausilio non incluso nel nomenclatore tariffario ma riconducibile, a giudizio del medico specialista e, a quello incluso, è possibile chiedere l'autorizzazione all'Asl che rimborserà il solo costo del prodotto presente nel nomenclatore.

Dr. Giuseppe Armani

8 MARZO GIORNATA INTERNAZIONALE PER I DIRITTI DELLE DONNE 2023 "STORIE DI DONNE"



Siamo entusiaste del buon esito dell'evento del Gruppo Donne Galm, intitolato **Storie di Donne**, inserito nel programma della rassegna dell'Otto Marzo 2023. "La Rivoluzione è Donna", promossa dagli Assessorati Parità di Genere e Pari Opportunità del Comune di Verona, si è svolta mercoledì 8 marzo alle 17 al Teatro Modus.

Dopo i saluti della nostra presidente Gabriella anche a nome della responsabile del gruppo Marina e quelli delle autorità presenti, si è iniziato con l'illustrazione del libro di Francesca Poggi, nostra associata, in carrozzina dopo un incidente stradale, trovando nella poesia e nella pittura il proprio inserimento sociale. Dal libro di poesie che ha presentato "Come un Muro che Crolla..." traspare il suo vissuto. Si è proseguito con l'altro libro "Il Peso del Colore" di Giorgia Galante e Arianna Santero, che racconta storie di donne di origini africane che lavorano in Italia. Il libro parla di immigrazione, di lavoro e di

famiglia ed invita a riformulare i dibattiti sulle pari opportunità e gli interventi per l'inclusione. Ad accompagnare le autrici i due attori di Modus, Michele Vigilante e Patrizia Rossari che hanno letto alcuni passi per farne risaltare l'espressione. L'evento è stato allietato dal gruppo canoro Altro Canto, con la direttrice Fiorella Moro. I brani di musica operistica sono stati illustrati di volta in volta dalla Maestra stessa: Coro dei monelli (Carmen), Zingarella (Trovatore), Coro Muto (Butterfly), I Matadores (Traviata), Le Streghe (Lady Macbeth), Farfallone amoroso (Nozze di Figaro), concludendo con "La vita è bella", tratto dal celebre film. I brani sono stati scelti per far capire che i temi d'amore, di pregiudizio, di discriminazione, di violenza, di soprusi, di sacrificio, come allora sono ancor oggi temi attuali. Nel tempo poco è cambiato: l'impegno deve continuare 365 giorni l'anno e non fermarsi solo ad una giornata celebrativa. Si è trattato di momenti

piuttosto coinvolgenti: gli spettatori presenti hanno manifestato interesse e hanno a lungo applaudito sia le presentazioni dei due libri, sia le esibizioni del coro. Tra loro anche la dottoressa dell'ospedale Sacro Cuore don Calabria di Negrar Marcella Rossi autrice della creazione di questo gruppo di canto, con lo scopo riabilitativo delle funzioni respiratorie e della gestione consapevole del diaframma, limitate dalla postura in carrozzina. L'evento si è concluso con un momento di socializzazione con un piccolo rinfresco. Le foto sono dell'amica Nicoletta Nicolis.

"Non c'è niente di più bello di una persona che rinasce. Quando si rialza dopo una caduta, dopo una tempesta e ritorna più forte e bella di prima. Con qualche cicatrice nel cuore sotto la pelle, ma con la voglia di stravolgere il mondo anche solo con un sorriso".

Anna Magnani

Gruppo Donne Galm



XIV^A GIORNATA NAZIONALE DELLA PERSONA CON LESIONE AL MIDOLLO SPINALE



Come stabilito il 28 novembre 2008 da un Decreto del Presidente del Consiglio (DPCM) emanato su formale richiesta della FAIP (Federazione Associazioni Italiane di Persone con Lesione al Midollo Spinale), il 4 aprile di ogni anno coincide con la Giornata nazionale della persona con lesione al midollo spinale e anche quest'anno la stessa FAIP è impegnata con varie iniziative, in occasione della quattordicesima edizione dell'evento, in Lombardia, nel Lazio e anche con un corso/congresso di due giorni a Catania, sul "Percorso per l'autonomia della persona con lesione midollare".

Tra le altre, un incontro a Milano, presso la Regione Lombardia, per rilanciare la Legge Regionale sull'Unità Spinale Unipolare, quale "modello" per costruire percorsi simili in altre Regioni, rilanciando i servizi di Unità Spinale nel nostro Paese.

E ancora, a Roma, l'inaugurazione, presso il CTO Andrea Alesini, del progetto Casa Agevole e di una nuova ala dell'Unità Spinale Unipolare. E infine un incontro online con l'intero movimento associativo che fa capo alla Federazione, per analizzare lo studio coordinato dalla struttura ALTEMS (Alta Scuola di Economia e Management dei

Sistemi Sanitari) dell'Università Cattolica di Roma, riguardante le gare per la fornitura dei prodotti monouso rivolti alle persone con lesione al midollo spinale. Già ben strutturato, invece, è il corso/congresso denominato Il percorso per l'autonomia della persona con lesione midollare, che si è tenuto il 3 e 4 aprile presso l'Unità Spinale Unipolare di Catania, che fa riferimento all'Ospedale Cannizzaro.

«La qualità di vita delle persone con lesioni midollari – si legge nella presentazione di tale incontro – necessita di percorsi sanitari, riabilitativi, specialistici e dipende dalla presenza o assenza di facilitazioni ambientali, di ausili idonei, dalla possibilità di accesso alle attività di vita sociale, lavoro, sport. Questo congresso prenderà dunque il via dalla descrizione delle problematiche e dei percorsi di gestione del trauma midollare in rianimazione, in neurochirurgia, fino al passaggio in Unità Spinale o in una Struttura Riabilitativa Intensiva, sottolineando l'importanza, in ogni fase, della necessità di una valutazione specialistica, multidisciplinare per la fornitura di ausili, che rappresentano gli strumenti facilitatori per l'integrazione sociale e il raggiungimento

dell'autonomia nelle attività di vita quotidiana primarie e secondarie».

«La valutazione e la definizione degli obiettivi del progetto/programma riabilitativo da parte del team – si legge ancora – deve sempre mettere al centro i bisogni della persona, con le differenze che caratterizzano ogni individuo. Infatti, la procedura di prescrizione e fornitura degli ausili con "codici uguali" presenta a volte percorsi burocratici lunghi e necessita pertanto di un continuo dialogo, confronto, tra il team riabilitativo, la persona con lesione midollare, il territorio e i medici responsabili delle autorizzazioni, se è vero che solo con una valutazione multidisciplinare altamente professionale, associata all'ascolto delle necessità individuali, si può migliorare realmente l'autonomia. Nella seconda parte, infine, il congresso proporrà un'opportunità di dialogo tra il team di professionisti, i "codici" e le persone con lesioni midollari, proprio al fine di migliorare i percorsi clinici, burocratici e la qualità di vita di chi ha dovuto cambiare la propria esistenza, ma ha diritto ad avere pari opportunità di partecipazione e di integrazione sociale». (S.B.)

dal sito <http://www.faiponline.it>



QUOTIDIANE OTTUSITÀ



IL G.A.L.M. RISPONDE

COPIA DEL CONTRASSEGNO DISABILI



DOMANDA

Sono un vostro socio e vorrei capire se è reato esporre sul cruscotto dell'automobile la fotocopia del documento originale del contrassegno per persone con disabilità?



RISPOSTA

In base alla recente sentenza della Corte di Cassazione, il fatto di esporre una fotocopia di un permesso di parcheggio riservato ai disabili sulla propria auto non costituisce un reato di uso di atto falso, a condizione che la fotocopia sia chiaramente identificabile come tale e non somigli all'originale in modo tale da ingannare la pubblica fede e purché si tratti di una situazione di necessità e che tale pratica non sia ricorrente. Tuttavia, se viene prodotta una riproduzione fotostatica plastificata artigianalmente e presentata come se fosse l'originale, ciò costituisce un reato di uso di atto falso. Questo è particolarmente vero se il comportamento ha causato un danno a coloro che sono legittimati a parcheggiare in zone riservate ai disabili.

ESENZIONE CANONE RAI



DOMANDA

Continuano a circolare voci secondo cui, per effetto della Legge 104, si può essere esentati dal pagamento del canone Rai. Mi spetta l'esenzione, essendo una persona paraplegica e vedova di 71 anni?



RISPOSTA

Non esiste alcuna norma che prevede l'esenzione dal pagamento del canone Rai a chi è titolare della Legge 104. Ad oggi, quindi, i titolari della Legge 104 pagano il canone Rai come tutti gli altri contribuenti.

Hanno diritto all'esonero proprio come tutti gli altri, solo nei seguenti casi:

- se sono over 75 con reddito fino a 8.000 euro;
- se non possiedono un apparecchio televisivo;
- se sono ricoverati in lunga degenza presso un ospedale.
- se qualcun altro del nucleo paga già il canone Rai.





SOSTIENI LA TUA ASSOCIAZIONE

SOSTIENI IL GALM, SOSTIENI L'INFORMATORE



Caro Lettore,

Ti è possibile aiutare le attività del Galm, e contribuire alla pubblicazione della Rivista L'Informatore, tramite bonifico bancario su IBAN: IT 79 H 02008 59580 000004561324 di Unicredit Banca, intestato a: ODV GALM - GRUPPO ANIMAZIONE LESIONATI MIDOLLARI.

Qualsiasi contributo tu decida di erogare a favore della nostra Associazione e de L'Informatore può essere portato in detrazione dall'imposta sul reddito o in deduzione dal reddito imponibile. Gli interessati possono inviare una mail a info@galm.it indicando i dati anagrafici, il codice fiscale e l'indirizzo, richiedendo la quietanza valida ai fini fiscali.

Ti ringraziamo fin d'ora per il sostegno, ricordandoti il quotidiano lavoro -su base di assoluto volontariato- che l'Associazione svolge per garantire aiuto, diritti, dignità ai Soci e ai loro familiari, e che L'Informatore è garanzia di ricchezza di notizie e di novità per quanto riguarda il mondo delle persone con lesione al midollo spinale.

NON vuoi più ricevere la Rivista?

Chiama la segreteria GALM, 0459251241 oppure scrivi a info@galm.it



MARTINI CARLO ASCENSORI

ASCENSORI - PIATTAFORME ELEVATRICI
MONTACARICHI - MONTASCALE - MONTAUTO



Via Monte Comun 69 / Via G. Garibaldi 5/40 - 37057 S. Giovanni Lupatoto - Verona

Tel. 045/8753391 - Fax 045/9251506 - E-mail: info@martiniascensori.it - www.martiniascensori.it

Incidente stradale o infortunio sul lavoro? Ottieni il giusto risarcimento.



Consulenza
gratuita



Anticipo
zero



Avvocati
e medici legali

Contattaci  **800 424905** - www.aiss.info